

	催し名・申し込み	とき・ところ	内容 (対象は市内在住の人に限り)
妊婦	<b>パパママ教室</b> ①2/5(水)～3/2(日) ②2/5(水)～3/9(日)に、 市ホームページで  ID:1002386	①5(水)②12(水) 9:30～11:30 総合保健医療センター	出産に向けての心と体の変化や育児について学ぶ <b>対定</b> 妊娠6か月(20週)以降のママとパパになる人 (1人でも可)・各13組(先着順) <b>持</b> 母子健康手帳 ※②は教室終了後、希望者にお薬相談あり
	<b>日曜パパママ教室</b> 2/5(水)～3/4(火)に、 市ホームページで  ID:1002387	9(日)10:00～11:50 総合保健医療センター	パパとしての役割や、夫婦で赤ちゃんを迎えるために必要なことを学ぶ <b>対定</b> 妊娠7か月(24週)以降の初めてママとパパになる人(夫婦で参加)・40組(先着順) <b>持</b> 母子健康手帳
乳幼児	<b>モグモグごっくん教室</b> 2/5(水)～3/11(火)に、 市ホームページで  ID:1030074	13(木)9:45～11:30 総合保健医療センター	生活リズム・離乳食・口のケア・食べさせ方などを学ぶ <b>対定</b> 4～6か月児(第1子)の保護者・30組(先着順) <b>持</b> 母子健康手帳、バスタオル
	<b>カミカミ歯っぴー教室</b> ①2/5(水)～3/3(月) ②2/5(水)～3/10(月)に、 市ホームページで  ID:1030090	①5(水)②12(水) 9:45～11:30 総合保健医療センター	生活のこと・離乳食・口のケア・食べさせ方などを学ぶ <b>対定</b> 8～11か月児(第1子)の保護者・各25組(先着順) <b>持</b> 母子健康手帳
	<b>乳幼児健康相談</b> 随時、電話で	①7(金)9:30～11:00 総合保健医療センター ②14(金)9:30～11:00 保健センター	乳幼児の発育発達・言葉・離乳食・授乳・口のケア・食べさせ方などの相談 <b>持</b> 母子健康手帳、バスタオル

**対** 対象 **定** 定員 **持** 持ち物

立春。二十四節気(にじゅうしせつき)。一年の始まり!!



市長 石黒直樹

2月。まだまだ気温の低い日が続いておりませんが、いかがお過ごしでしょうか。

早いもので21世紀になって四半世紀が経過しようとしています。そして、二十四節気では、「立春」からいよいよ一年が始まろうとしています。

二十四節気とは、立春から始まる一年を二十四等分して約15日ごとに分け、大寒までの季節を表す言葉のことをいいます。一年の季節の移り変わりを分かりやすくするために季節の特徴的な変化を漢字2文字で表した言葉で、季節の目安とされています。

【季節ごとの二十四節気】

春：立春・雨水・啓蟄・春分・清明・穀雨  
 夏：立夏・小満・芒種・夏至・小暑・大暑  
 秋：立秋・処暑・白露・秋分・寒露・霜降  
 冬：立冬・小雪・大雪・冬至・小寒・大寒

二十四節気を知ると、季節を体で感じることができるのではないでしょうか。

さて、「立春」は春の始まりであるとともに、旧暦において新しい一年が始まる日でもあります。「立春」は例年2月4日頃であり、今年も2月3日です。

「立春」は正月との時期が近いことから年賀状などでは、迎春、早春、新春という言葉が使われています。また、「立春」を過ぎてから初めて吹く強風を「春一番」と呼んだり、お茶摘みの歌にある「夏も近づく八十八夜」は立春から数えて88日目を表すなど、「立春」はさまざまな事柄の起点にもなっています。

「立春」。暦の上では待ちかねた春の到来です。まだまだ余寒と呼ばれる寒い日は続きますが、春を思わせる旬の食材や行事など、移ろう季節を感じる楽しみが増えると、暮らしのさらなる豊かさにもつながっていくものと思います。