

**すこやか親子 | すべての子どもがすこやかに育ち、親は育児を楽しみましょう！**

- ・乳幼児健診や予防接種の積極的な受診をしましょう
- ・地域で親子が孤立しないようにサポートしましょう
- ・命の大切さを考え、自分やまわりの人を大切にしましょう



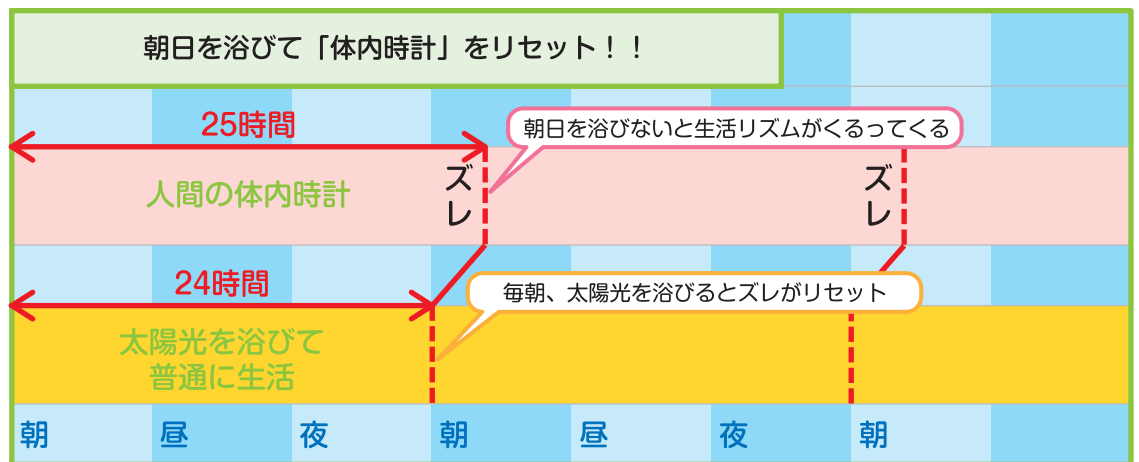
◎親子でふれあう時間を大切にしましょう。

◎妊娠の早期届出や妊婦健康診査の受診などによる安全な出産のための努力をしましょう。

◎乳幼児健診などを活用し、成長発達を確認しましょう。

◎近隣や顔見知り同士、顔を合わせたらあいさつを交わしましょう。

◎規則正しい生活習慣を身につけましょう。



◎命の大切さについて考え、自分や周りの人を大切にしましょう。

高砂市健康増進フォーラムを毎年1回開催しています。ぜひご参加下さい。  
【詳しくは「第2次高砂市健康増進計画」をご覧ください】



健康に関する情報誌『健康づくりのまめ知識』を作成しました。高砂市のホームページからもダウンロード可能です。ぜひ、日頃の健康管理にご活用下さい。

**高砂市健康文化部健康市民室健康増進課**  
高砂市高砂町朝日町1-2-1 TEL 443-3936