

# すくすくスクエア 妊婦や乳幼児を対象とした 各種教室・相談

- 場所の記載がないものはすべて保健センター(☎76)1133)で行います
- 母子健康手帳交付と妊婦指導、各種相談は(祝)は休みます
- 4か月児・1歳6か月児・3歳児健診及び予防接種は個人通知します。通知書を紛失した人や健診を受けていない人は、連絡してください

## ◆母子健康手帳交付と妊婦指導

**時**(月)～(金)午前8時30分～正午  
**対**市内に住民登録のある妊婦  
**持**妊娠届出書(医療機関等で交付されたもの)、マイナンバー確認書類(妊娠届出書裏面を参照)  
**他**上記時間に来所できない場合は問い合わせてください

## ◆おっぱい 母乳準備のぶち講座

産後に向け助産師が指導。  
**時**10月19日(水)午前10時～11時  
**対**市内に住民登録のある妊婦  
**定**14人(先着)  
**申**申込開始日⇒10月3日(月)

## 妊娠・出産、子育ての 悩みを抱え込まないで

### ◆妊産婦・乳幼児相談

(電話・面談/面談の場合は要予約)  
**時**(月)～(金)午前8時30分～午後5時  
**場**保健センター(☎76)1133)  
**対**妊産婦、乳幼児をもつ保護者・家族等

### ◆あんぱ～く利用者支援窓口

(電話・面談/随時受付)  
**時**(火)～(金)午前9時～午後5時  
**場**あんぱ～く(☎72)2317)  
**対**18歳未満の子をもつ保護者・家族等

### ◆乳幼児の子育て相談

(電話・面談/随時受付)  
**時**①(月)～(土)午前9時～午後4時  
 ②(月)～(金)午前9時～午後4時  
 (いずれも正午～午後1時を除く)  
**場**①あんぱ～く(☎72)2317) ②各  
 子育て支援センター[二本木(☎77)  
 2774)・あけぼの(☎97)2276)・さくら  
 (☎99)2100)・和泉(☎92)8100)]  
**対**概ね3歳未満の子をもつ保護者  
 家族等

## ◆パパママ教室べんきょう編

出産前後のこころの変化・歯の健  
 康管理、新生児のお世話体験。  
**時**10月1日(土)・25日(火)午前9時10  
 分～10時40分、午前10時55分～午  
 後0時25分  
**対**市内に住民登録のある妊婦とそ  
 の家族等  
**定**各10組程度(先着)  
**申**申込開始日⇒9月12日(月)

## ◆パパママ教室えいよう編

妊娠中の食生活について講義と調  
 理の見学・試食で学ぶ。  
**時**10月12日(水)午後1時30分～3時  
 30分  
**対**12月～令和5年4月出産予定の  
 市内に住民登録のある妊婦とその  
 家族等  
**定**20人(先着)  
**申**申込開始日⇒9月12日(月)

## ◆スクスク子育て相談室

育児・離乳食や栄養・歯等の相談。  
**時**10月13日(木)・27日(木)午前9時～  
 11時  
**対**4歳までの子と家族等  
**持**赤ちゃん用の敷き物(バスタオル等)  
**申**申込開始日⇒9月1日(木)(身長・  
 体重計測のみの場合は予約不要)

## ◆ゴックン教室(前期離乳食)

離乳食の開始から2回食までの進  
 め方の講習。  
**時**10月4日(火)・18日(火)午後1時15  
 分～2時15分、午後2時45分～3  
 時45分  
**対**4～6カ月児の保護者・家族等  
**定**各10組(先着)  
**申**申込開始日⇒9月1日(木)

## ■申込みについて

各種教室・講座、スクスク子育て  
 相談室の申込みは、母子手帳アプリ  
 「母子モ」(QRコードからダウン  
 ロード可)で申し込んでください。  
 申込開始日はそれぞれ  
 異なります。各記事で  
 確認してください。



## ◆きっかけ教室～子育てママ編～

産後のママに向けたリフレッシュ  
 できる運動。  
**時**①10月5日(水) ②10月26日(水)い  
 ずれも午前10時～11時  
**場**①⇒保健センター ②⇒アンフ  
 オーレ  
**対**3～6カ月未満児の親子(ママ  
 のみの参加も可)  
**定**各15人(先着)  
**持**飲料、赤ちゃん用の敷き物(バ  
 スタオル等)  
**申**申込開始日⇒9月1日(木)

## ◆カミカミ教室(後期離乳食と歯 の手入れ)

3回食から離乳完了までの流れの  
 講習と歯の手入れについての講義。  
**時**①10月11日(火)午後2時～3時  
 ②10月25日(火)午後1時10分～2時  
 20分、午後2時40分～3時50分  
**場**①⇒あんぱ～く ②⇒保健センター  
**対**7～11カ月児の保護者・家族等  
**定**各10組(先着)  
**申**申込開始日⇒9月1日(木)

## 利用パパママの声



小林遼大さん  
 奈津子さん  
 結南ちゃん  
 (石井町)

ゴックン教室の先生の話がわかり  
 やすく、これから離乳食を始める  
 のに役立ちました。