

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(例、12月29日(木)～1月3日(火)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1月18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⇒1月4日(水)

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1月28日(土)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⇒12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1月14日(土)午後1時30分～3時30分
対来年3月～7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⇒12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1月12日(木)・26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⇒12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1月10日(火)・24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⇒12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。申込開始日は各教室により異なります。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①1月11日(水) ②1月25日(水) いずれも午前10時～11時
場①⇒保健センター ②⇒アンフォール本館
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⇒12月1日(木)

◆カミカミ教室(後期離乳食と歯の手入れ)

3回食から離乳食完了までの流れの講習と歯の手入れについての講義。
時1月17日(火)・31日(火)午後1時10分～2時20分、午後2時40分～3時50分
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⇒12月1日(木)

利用パパママの声



阿部麻衣さん
匠真くん
(井杭山町)

「きっかけ教室～子育てママ編～」は子どもと一緒に参加しやすく、久しぶりに運動ができて、体も心もリフレッシュできました。