

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、1月1日(祝)～3日(水)・8日(祝)、2月12日(休)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

◆母乳準備のぶち講座

産後に向け助産師が指導。
時2月21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10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、オンライン/要予約)
時(火)～(金)午前9時～午後5時
※(金)はオンラインのみ午前9時～正午
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

◆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2月17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14組(先着)
申 申込開始日→1月10日(水)

◆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2月3日(土)午後1時30分～3時30分
対4月～8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12組(先着)
申 申込開始日→1月10日(水)

◆スクスク子育て相談室

育児・離乳食や栄養・歯等の相談。
時2月8日(木)・22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→1月4日(木)(身長・体重計測のみの場合は予約不要)

◆ゴックン教室(離乳食開始～1回食)

上手にゴックンできるようになるための食べ方、食べさせ方、スプーンの選び方、使い方、つぶしがゆの作り方等の講習。
時2月6日(火)・20日(火)午後1時30分～3時
対4～6か月児の保護者・家族等
定各30組(先着)
申 申込開始日→1月10日(水)

■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コードからインストール可)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。



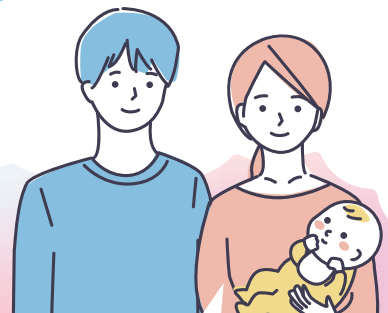
◆きっかけ教室～子育てママ編～ 産後のママに向けたリフレッシュできる運動。

時①2月7日(水) ②2月28日(水)いずれも午前10時～11時
場①→保健センター ②→アンフォーレ本館
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→1月4日(木)

◆カミカミ教室(2回食～3回食)

上手にモグモグ・カミカミできるようになるための食べ方、食べさせ方、歯ブラシの選び方、使い方、調味料の使い方等の講習。
時2月13日(火)・27日(火)午後1時30分～3時
対6～11か月児の保護者・家族等
定各30組(先着)
申 申込開始日→1月10日(水)

利用パパママの声



きっかけ教室は2回目の参加でした。のんびりでき、先生が素敵なので、また次も参加したいと思います。自分の骨密度を測ったり、他のお母さん達と離乳食の話をする等、情報交換や交流ができました。