

# 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)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

## ■ 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。



### ◆ 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** 10月16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⇒9月10日(火)

## 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** 10月1日(火)午前9時10分～11時10分、10月26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⇒9月10日(火)

### ◆ 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(土)午後1時30分～3時30分  
**対** 12月～来年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** 12組(先着)  
**申** 申込開始日⇒9月10日(火)

### ◆ 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と、ママ同士の交流。  
**時** 10月2日(水)・23日(水)午前10時～11時30分  
**場** アンフォーレ本館  
**対** 3～5か月児の親子(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2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10日(木)・24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2日(月)(身長・体重計測のみの場合は予約不要)

### ◆ 離乳食教室

**申** 申込開始日⇒9月2日(月)

#### ステップ1

離乳食開始から1回食の進め方。スプーンの使い方等の体験。体験で使用したスプーンは持ち帰り可。

**時** 10月1日(火)・15日(火)午後1時30分～3時

**対** 市内に住民登録のある5～6か月児と保護者・家族等  
**定** 各30組(先着)

#### ステップ2

離乳食2回食の進め方。歯のお手入れ等の体験。体験で使用した歯ブラシは持ち帰り可。

**時** 10月8日(火)・22日(火)午後1時15分～2時

**対** 市内に住民登録のある7～8か月児と保護者・家族等  
**定** 各30組(先着)

#### ステップ3

離乳食3回食の進め方。コップ飲み等の体験。  
**時** 10月8日(火)・22日(火)午後2時30分～3時15分

**対** 市内に住民登録のある10～11か月児と保護者・家族等  
**定** 各30組(先着)



## 利用パパママの声

離乳食教室ステップ4ではパンを持たせて食べさせました。様子を見て講師がアドバイス等をしてくれました。