

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

◆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 3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⇒2月10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、オンライン/要予約)
時 火～(金)午前9時～午後5時
※(金)正午～午後5時のオンラインは休み。
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 3月15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⇒2月10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 3月1日(土)午後1時30分～3時
30分
対 5月～9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⇒2月10日(月)

◆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 3月5日(水)・26日(水)午前10時～
11時30分
場 アンフォーレ本館
対 3～5カ月児の親子(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⇒2月3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 3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⇒2月3日(月)(身長・
体重計測のみの場合は予約不要)

■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。



◆離乳食教室

申 申込開始日⇒2月3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 3月4日(火)・18日(火)午後1時30
分～3時

対 市内に住民登録のある5～6カ
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 3月11日(火)午後1時15分～2時

対 市内に住民登録のある7～8カ
月児と保護者・家族等
定 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 3月11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カ
月児と保護者・家族等
定 30組(先着)

ステップ4

離乳完了期の進め方。
かじり取り等の体験。

時 3月25日(火)午前11時15分～正午

対 市内に住民登録のある12～13カ
月児と保護者・家族等
定 20組(先着)

