

母子保健事業【場所:保健センター(役場1階東玄関右側)】

- ママと赤ちゃんの教室、乳幼児健康診査の内容や持ち物など、詳しくは出生時にお配りした「赤ちゃんの本」をご覧ください。
- 感染症対策のため、乳幼児健康診査を時間差受付としています。



●妊婦・乳幼児 健康相談(希望者)

●実施日時 月2回・月曜日9:30～11:00

内容 健康・栄養の相談
身長・体重測定(乳幼児)

※実施日については広報をご確認ください。
※相談日以外でも相談は随時受け付けていますので、
ご相談のある方は健康推進係(役場1階6番窓口)までご連絡ください。



●ハローベビー教室(妊婦教室)(要予約)

●受付時間(厳守!) 13:15～13:30 ●終了時間15:00頃

1回目:妊娠中の生活編

胎児の成長と赤ちゃんへの愛情形成(親になる準備)、妊娠中の日常生活、妊娠中の栄養、妊娠に伴う体の変化と痛みの予防に有効な体操

2回目:産後の生活編

出産後の育児(赤ちゃんが泣くことについて)、抱っこの仕方、おっぱいの手入れと授乳、産後の栄養、おむつの仕方、沐浴について



●0歳児ママのストレッチ教室(要予約)

定員15名/回 ●受付時間13:15～13:30

内容 乳児とできる運動ストレッチ 対象 乳児をもつ母親

実 施 月 日	
4月16日(水)	5月28日(水)
6月4日(水)	7月16日(水)
8月20日(水)	9月17日(水)
10月17日(金)	11月5日(水)
12月3日(水)	1月14日(水)
2月4日(水)	3月11日(水)

出産予定日	1回目	2回目
R7年 7・8月	4月21日(月)	5月26日(月)
R7年 9・10月	6月6日(金)	7月4日(金)
R7年 11・12月	8月4日(月)	9月1日(月)
R8年 1・2月	10月24日(金)	11月14日(金)
R8年 3・4月	12月8日(月)	1月19日(月)
R8年 5・6月	2月20日(金)	3月13日(金)

13

●ママと赤ちゃんの教室(要予約)

《親子ふれあい教室》

●受付時間(厳守!) 9:20～9:30 ●終了時間 11:30頃

内容 身長・体重測定、足型スタンプ、子育てフリートキング、ママのための体操

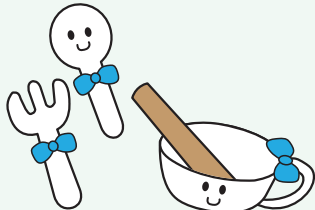


実施月日	対 象 児
5月14日(水)	R7年 1・2月生まれ
7月9日(水)	R7年 3・4月生まれ
9月3日(水)	R7年 5・6月生まれ
11月12日(水)	R7年 7・8月生まれ
1月21日(水)	R7年 9・10月生まれ
3月4日(水)	R7年 11・12月生まれ

《モグモグ教室》

●受付時間(厳守!) 9:00～9:10 ●終了時間 11:30頃

内容 身長・体重測定、離乳食の試食、子育てフリートキング



実施月日	対 象 児
4月9日(水)	R6年 8・9月生まれ
6月11日(水)	R6年 10・11月生まれ
8月6日(水)	R6年 12月生まれ R7年 1月生まれ
10月22日(水)	R7年 2・3月生まれ
12月10日(水)	R7年 4・5月生まれ
2月18日(水)	R7年 6・7月生まれ

母子保健事業

●2歳児 すくすく教室(要予約)

●受付時間(厳守!) 9:15～9:30

内容 運動・親子遊び・こころとからだの健康・食事・むし歯予防などの講話と体験

実施月日	対 象 児
7月15日(火)	R4年 11月～12月生まれ
7月16日(水)	R5年 1月～3月生まれ
1月29日(木)	R5年 4月～6月生まれ
1月30日(金)	R5年 7月～9月生まれ

※詳しくは、事前に通知します。

●5歳児 健やか教室・相談会

●受付時間(厳守!) 12:50～13:00

内容 保育園、幼稚園の年中児にあたるお子さんとお母さんの教室。運動・親子遊び、こころとからだの健康・むし歯予防・食育についてのお話。

実 施 月 日		
9月25日(木)	9月26日(金)	9月29日(月)
10月30日(木)	10月31日(金)	11月4日(火)

※個々の参加日等、詳しくは事前に通知します。



問い合わせ先：保健福祉課 健康推進係

☎0267(32)2554

14