

母子保健事業【場所:保健センター(役場1階東玄関右側)】



●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。

●妊婦・乳幼児 健康相談(希望者)

●実施日時 月2回 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15:30ごろ

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

産後の体・心の変化と育児について、おっぱいの手入れと授乳、産後の栄養、おむつの仕方交換や沐浴の仕方について

●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 ●終了時間15:00ごろ

内容 乳児とできる遊びを用いたストレッチ 対象 乳児をもつ母親(0歳児)
産後の身体に合わせた体操

実施月日	
4月15日(水)	5月27日(水)
6月10日(水)	7月15日(水)
8月19日(水)	9月15日(火)
10月21日(水)	11月25日(水)
12月11日(金)	1月13日(水)
2月10日(水)	3月10日(水)

出産予定日	1回目	2回目
R8年 7・8月	4月14日(火)	5月19日(火)
R8年 9・10月	6月5日(金)	7月17日(金)
R8年 11・12月	8月4日(火)	9月1日(火)
R9年 1・2月	10月23日(金)	11月13日(金)
R9年 3・4月	12月15日(火)	1月19日(火)
R9年 5・6月	2月19日(金)	3月12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ごろ

内容 身長・体重測定、足型スタンプ、子育てフリートーカーキング、ママのための体操

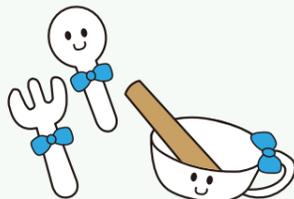


実施月日	対象児
5月21日(木)	R8年 1・2月生まれ
7月8日(水)	R8年 3・4月生まれ
9月2日(水)	R8年 5・6月生まれ
11月11日(水)	R8年 7・8月生まれ
1月20日(水)	R8年 9・10月生まれ
3月3日(水)	R8年 11・12月生まれ

《モグモグ教室》

●受付時間(厳守!) 9:00~9:10 ●終了時間 11:30ごろ

内容 身長・体重測定、離乳食の試食、歯のお話、子育てフリートーカーキング



実施月日	対象児
4月8日(水)	R7年 8・9月生まれ
6月3日(水)	R7年 10・11月生まれ
8月5日(水)	R7年 12月生まれ R8年 1月生まれ
10月22日(木)	R8年 2・3月生まれ
12月9日(水)	R8年 4・5月生まれ
2月17日(水)	R8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
6月2日(火)	R5年 10月~12月生まれ
9月3日(木)	R6年 1月~3月生まれ
11月26日(木)	R6年 4月~6月生まれ
2月25日(木)	R6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

※個々の参加日等、詳しくは事前に通知します。

内容 保育園、幼稚園の年中児にあたるお子さんと保護者の教室。親子遊び・就学への準備・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16日(水)	9月17日(木)	9月18日(金)
11月4日(水)	11月5日(木)	11月6日(金)



問い合わせ先:保健福祉課 健康推進係

☎0267(32)2554

14