

子育ての教室のご案内

新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するため、事業を中止、延期する場合があります。

■□■教室はすべて予約制です。5月1日(金)から申し込みを受け付けます。■□■

マタニティクラス

この教室は男女共同参画推進事業です

参加者同士、交流しながら妊娠中の過ごし方や育児について学びます。

- I
- 妊娠してからの心とからだの変化
 - 抱っこ・沐浴体験
 - ~~妊婦疑似体験(パパの中の希望者)~~

- II
- 母乳育児
 - 妊娠中の食生活
 - ママと赤ちゃんの歯の話
 - ~~新米ママさんとの交流~~

対象者 妊婦
*I、IIどちらか1つの参加も可能です。
*パパも一緒にどうぞ。 定員変更します

定員 ~~各30名~~(定員になり次第しめきり) マタニティI: 12名
マタニティII: 20名

ところ・申し込み	とき	I	II
西保健センター	6月	14日(日)	22日(月)
北保健センター	7月	12日(日)	31日(金)

時間 I: 午前9時30分～11時30分(受付9時15分～9時30分)
II: 午前9時15分～11時30分(受付9時～9時15分)

持ち物 母子健康手帳、母子健康手帳副読本

※中保健センターは8月に実施します。
※西保健センターのマタニティクラスIIの会場は尾西
庁舎5階会議室Eです。

新米ママさん教室

~~参加者同士、交流しながら~~赤ちゃんの栄養やお母さんの産後のからだについて学びます。
~~妊婦さんとも交流します。~~

対象者 開催日に1～3か月のお子さんとママ

定員 ~~各20名~~ (定員になり次第しめきり)
10

ところ・申し込み	とき
西保健センター	6月22日(月)
北保健センター	7月31日(金)

時間 午前9時20分～11時30分(受付9時～9時20分)

持ち物 母子健康手帳、バスタオル、授乳物品

※中保健センターは8月に実施します。
※出産後にお申し込みください。

離乳食教室

6月は中止します

ごっくんコース【離乳の開始(5・6か月頃)～8か月頃】

もぐもぐコース【7か月頃～離乳の完了】

*安全のため申込人数が多い場合は、お断りすることがあります。

ところ・申し込み	6月	7月
中保健センター	もぐもぐコース 2日(火)	ごっくんコース 7日(火)
尾西庁舎5階 (申込:西保健センター)	ごっくんコース 10日(金)	もぐもぐコース 17日(金)
北保健センター	ごっくんコース 10日(水)	もぐもぐコース 8日(水)

時間 午前10時～11時(受付9時45分～10時)

持ち物 母子健康手帳

幼児食教室～離乳食を卒業したら～

1歳～2歳頃の離乳食を卒業したお子さんの食事について、大切なことやポイントを学びます。

定員 ~~各30名~~…1回のみ参加です。

託児 ~~各15名~~ 教室の1週間前にしめきり 託児は行いません
それぞれ定員になり次第しめきります。

ところ・申し込み	とき
西保健センター	6月5日(金)
中保健センター	7月29日(水)

時間 午前10時～11時(受付9時30分～9時50分)

持ち物 母子健康手帳
託児を利用される方は、下記のものに名前を書いた1つのカバンにまとめてお持ちください。
~~お茶 おしぼり(できれば布のもの)
おもつ 着替え バスタオル~~

※北保健センターは8月に実施します。



新生児・産婦訪問のご案内

ID 1001388

生後4週間以内の赤ちゃんがいるお宅を助産師が訪問して、発育や育児についての相談をお受けします。

対象者 生後4週間(28日)以内の新生児とお母さん **ご準備いただくもの** 母子健康手帳、認印、バスタオル

費用 無料 **申し込み・問い合わせ** 西保健センター (☎63-4833)

内容 体重測定、育児相談、授乳相談

※里帰り出産で一時的に市内に滞在される方も申し込みできます。