

子育てに関するお知らせやイベントを紹介します。



# 子育てのひろば

Square of Childcare

生後2か月からサークルデビュー

## ここちあ・まある

助産師による産後ヨガや赤ちゃんとのスキンシップ遊びをしませんか。楽しみながら、サークルデビューをしてみましょう。

### ●ここちあ（産後ヨガ）

ゆっくりとした呼吸を繰り返しながら、心身共にリラックス。血流を改善することで、頭痛・肩こり・腰痛などの症状や、気になるお腹・お尻回りのシェイプアップにも効果があります。

産後ママの大切な体のために、息抜きの時間を一緒に過ごしましょう。



### ●まある（スキンシップ遊びと交流会）

赤ちゃんは、スキンシップを通して優しいメッセージを全身で感じます。お母さん、お父さんも一緒に、赤ちゃんに「大好きだよ」の気持ちをいっぱい伝えてあげましょう。他のお母さんや赤ちゃんとの交流も兼ねて遊びに来てくださいね。



※ 今月の開催日などは、下の表で確認を。

●子育て支援課子育て世代包括支援センター係  
☎ 985-4189

### ◆妊娠～子育てのなんでも相談

電話相談、家庭訪問（要予約）での相談も可。

### ◆授乳相談・助産師の個別相談

電話で予約を。

### ◆ママのこころ相談

臨床心理士に相談できます。

●場所 福祉センター2階 ●持参品 母子健康手帳 ★要予約

事業名	開催日	時間	対象	内容
ママ♡キッズのすこやか相談★	5日☽	13時～15時	妊婦と乳幼児	計測、歯科相談(歯ブラシ要)、育児相談など
まある(スキンシップ)★	7日☽	10時～11時30分	生後2～4カ月の乳児とその家族	助産師による赤ちゃんとのスキンシップ遊びと交流会
もぐもぐ相談★	8日☽	9時30分～12時30分	乳幼児とその保護者	離乳食など子どもの栄養に関する個別相談 ※3組限定(1組45分程度)
にこにこ4か月相談	13日☽	【1部】9時～10時30分 【2部】11時～12時30分	令和5年5月生	計測、育児相談、ブックスタートなど
マタニティクラブ★	19日☽	10時～11時30分	妊婦	妊娠中の栄養を学ぼう
ここちあ(産後ヨガ)★	26日☽		産後2～4カ月の母親(乳児の同伴も可)	助産師による産後ヨガ(託児なし)

## Circle

### サークル

☎ 985-4151  
FAX 960-3269

### ◆子育て相談

「ちょっと聞いてコール」月～土曜日/9時～17時

「ふらっと子育て応援隊」随時予約受付中

### ◆子育て援助活動支援事業(ファミリー・サポート・センター事業)

育児の手助けを有料で行う会員登録制の組織。育児援助

の相談・利用、会員登録を随時受付中(☎960-3269)

●サークル参加希望者は、予約が必要です。予約方法など詳細は、町ホームページ(右のQRコード)で確認するかお問い合わせを。参加希望者が定員を超える場合は、抽選となります。

●託児希望者は、タオル・飲み物などを持参してください。

●スタンプラリー 対象サークル(♡)に参加してスタンプを集めよう! 10個集めるとささやかなプレゼントが…お楽しみに!



名称	開催日	場所	対象	内容		
♡ひよこ0歳	15日☽	福祉センター	0歳児と保護者	健康診断室で親子遊びをします。		
♡うさぎ1歳	7日☽		1歳児と保護者	集会室で親子遊びをします。		
♡くま2歳以上	26日☽		2歳以上児と保護者			
♡ほほえみ東	6日☽	東公民館	未就園児と保護者	公民館、保育所で親子遊びを提供します。		
♡ほほえみ西	12日☽	西公民館				
♡ほほえみ北	20日☽	北公民館				
♡ほほえみひまわり	5日☽	松前ひまわり保育所				
まさきっこ	4日☽	小富士保育所			園庭を開放しています。 ※駐車場要予約	
	8日☽	松前幼稚園				
	11日☽	古城幼稚園				
	19日☽	岡田保育園				
はぐはぐの日	11日☽	福祉センター			保護者	あそびステーションでスタッフと関わりながら親子で遊びます。
	21日☽					絵本の読み聞かせ
27日☽	バランスボール ※託児あり					
ブックフレンドパーク	4日☽		ダイエツエクササイズ ※託児あり			
あそび工房	1日☽		ストレッチ ※託児あり			
ファミリー	22日☽		整体 ※託児あり			
リラックスタイム	13日☽		保育所ってどんなところ? ※託児あり			
	14日☽		お仕事相談会 ※託児あり			
♡親でスクール	6日☽		未就学児と保護者	未就学児と保護者	いろいろな遊具で体を動かして遊びます。	
サーキットあそび	8日☽					
	28日☽					

## Health

### 健康

☎ 985-4189  
FAX 985-4158

### ◆すこやか相談

からだや心の健康について相談ができます。電話相談、家庭訪問(要予約)での相談も可。

### ◆のびのび子育て・発達相談

臨床心理士や公認心理師に相談できます。電話で予約を。

●場所 福祉センター2階 ●持参品 母子健康手帳 ※対象者には、個別にお知らせします。

事業名	開催日	受付時間	対象	内容
乳児健診	14日☽	13時～14時	令和5年2月・3月前半生	計測、診察など
1歳6カ月児健診	21日☽		令和4年1月・2月前半生	計測、診察、歯科健診など