

# 子育て支援センター

Support for child raising

☎985-4151

## ❖子育て相談

「ちょっと聞いてコール」 毎週月～金曜日 / 9時～17時

「ぶらっと子育て応援隊」 随時予約受付中

## ❖まさきファミリー・サポート・センター

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、会員登録について随時受付中 (専用電話 ☎960-3269)

○登録をしてから各コースに参加できます。時間は10時～11時30分。★は要予約。

コース	名称	開催日	場所	対象	備考
ひまわりクラブ	ひよこ0歳	5日(金)	福祉センター	0歳児と保護者	あそびステーションで親子あそびを提供します。
	うさぎ1歳	19日(金)		1歳児と保護者	
	くま2歳以上	25日(木)		2歳児以上と保護者	
ほほえみクラブ	ほほえみ東	3日(水)	東公民館	未就園児と保護者	東、西、北公民館で、親子あそびを提供します。
	ほほえみ西	9日(火)	西公民館		
	ほほえみ北	17日(水)	北公民館		
まさきっこクラブ	まさきっこ広場	4日(木)	松前幼稚園	未就園児と保護者	幼稚園で親子が遊びます。
		11日(木)	古城幼稚園		
フレンドクラブ	ブックフレンドパーク	1日(月)	福祉センター	保護者	親子の友達づくりの機会、親の情報交換の場として利用できます。
	ママパパキッズ編集会 ★	29日(月)			
	なかよし誕生会 ★	12日(金)			
	あそび工房	30日(火)			
	バルーン ★	22日(月)			
	リラックスタイム ★	18日(木)			
ママでスクール		★	16日(火)	未就園児と保護者	「消防署見学」

### サークル紹介

リラックスタイム  
**ピラティス**

ピラティスの呼吸に合わせて体を動かし、産後に開いた骨盤と体幹を鍛えて、元の状態に戻しましょう。

**日時** 9月18日(水) 10時～11時30分

**場所** 福祉センター2階 集会室

**講師** ヨガインストラクター 鎌田美佳さん

**準備物** 動きやすい服装・タオル・飲み物(親子とも)

※要予約 (託児20人まで)

### サークル紹介

バルーン  
**マタニティヨガ**

妊娠中はお腹が大きくなるにつれ、心身ともにさまざまな変化が起こります。ヨガを通して妊娠中のトラブルを減らしましょう。

**日時** 9月22日(日) 10時～11時30分

**場所** 福祉センター2階 集会室

**講師** ヨガインストラクター 鎌田美佳さん

**準備物** 動きやすい服装・タオル、飲み物(親子とも)

※要予約15組 (託児10人まで)

### サークル紹介

あそび工房  
**フリーマーケット**



子ども服、おもちゃ、手芸品などいろいろあります。

**日時** 9月30日(火) 10時～11時30分

**場所** 福祉センター2階 集会室

【出店者募集】

**対象** 町内在住者

**申込期限** 9月26日(金)まで

**申込先** 子育て支援センター(☎985-4151)

### サークル紹介

ママでスクール  
**消防署見学**

防災の基礎知識を身に付けた後、消火訓練をしたり、消防車や救急車の中を見せてもらったりします。

**日時** 9月16日(火)

10時～11時30分

**場所** 松前消防署

(現地集合)

※要予約 20組まで

※雨天決行



# 保健センター

Health management

☎985-4118

## ❖ちょこっと電話相談

健康や子育てについての相談ができます。お気軽にお電話ください。

## ❖すこやか訪問

妊婦さんや乳幼児の家庭訪問です。お気軽にご予約ください。

## ❖のびのび発達相談・ゆっくり子育て相談

ママキッズのすこやか相談で臨床心理士に相談できます。電話で予約を。

## 妊婦・乳幼児の健康

●持参品 母子健康手帳

事業名	月日	時間	場所	対象	内容
1歳6カ月児健診	9月11日(木)	13時～14時	福祉センター2階	平成25年1・2月生	内科、歯科健診など
ママ♡キッズのすこやか相談	9月9日(火)	13時～15時		妊婦、乳幼児	計測、歯科相談(歯ブラシ要)、育児相談など
乳児健診	10月2日(木)	13時～14時15分		平成26年2・3月生	計測、診察など
ウェルカムベビースクール	9月27日(土)	13時30分～16時30分		妊婦、パートナー、その家族	申込制
	10月1日(水)	10時～13時	妊婦、パートナー		

## 成人の健康

●福祉センター2階 健康課保健センター係で血圧測定・健康相談ができます。

事業名	月日	時間	場所	内容	
個別栄養相談	9月2日(火)	9時～12時	福祉センター2階	申込制	糖尿病などの食事指導と相談 ※1週間前までに申し込みを。
	9月17日(水)	13時～16時			
	10月7日(火)	9時～12時			
デイケア(精神保健)	9月5日(金)	9時30分～15時	福祉センター2階	申込制	レクリエーション、創作活動など
	10月3日(金)				
家族懇談会(精神保健)	9月24日(水)	13時30分～15時30分	北公民館	申込制	学習会
健診後の相談会	9月3日(水)	10時～11時45分			
	9月18日(木)	10時～11時45分 13時30分～15時15分			
こころの健康相談	9月17日(水)	13時30分～16時30分	福祉センター2階	申込制	精神科医による心の相談
糖尿病予防のつどい	9月25日(木)	9時30分～12時			医師の講義

●平成26年度総合健診を受けましょう。申込書は、今月号の広報まさきと一緒に配布しています。

### Information

#### 家族懇談会(精神保健)

松前町と伊予市合同で、精神障がい者の家族同士が、経験を伝え合ったり、気持ちを共有したりする「家族懇談会」を行っています。参加希望者はご連絡ください。

【日時】 9月24日(火) 13時30分～

【場所】 福祉センター

【内容】 学習会「SST(社会生活技能)を体験してみよう」

※SST 対人コミュニケーションスキル獲得のために、模擬的にコミュニケーションの練習などを行うこと。教育の現場や企業の研修など幅広い分野で使われている。

#### 【参加者の声】

・皆さんと話し合えてよかったです。楽しかったです。  
・先生のお話がやさしく、分かりやすかったので本当に来てよかったですと思いました。

・いろいろ知らないことが多くあったので、今回参加できてよかったです。

#### 【今後の開催予定】

11月17日(日):中山保健センター、平成27年1月22日(火):伊予市保健センター、27年3月:福祉センター  
※伊予市の会場でも参加できます。詳しくはお問い合わせください。