

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

★新型コロナウイルス感染症予防のため、予定している事業を延期か中止にすることがあります。

生後2カ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・健康課子育て支援係 はぐはぐ ☎ 985-4189

### 妊婦～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
もぐもぐ相談★	4日(火)	13時30分～16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)
ここちあ(産後ヨガ)★	11日(火)	10時～11時30分	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) ※10組限定
まある(スキンシップ)★	12日(水)		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 ※10組限定
わくわく離乳食スクール★	18日(火)	10時～11時	乳児とその保護者	離乳食の進め方のお話 ※15組限定(託児8人まで要予約)
マタニティクラブ★	19日(水)	10時～11時30分	妊婦	授乳について知ろう～母乳編～ ※10人限定
にこにこ4か月相談	26日(水)	【1部】9時～10時30分 【2部】11時～12時30分	令和4年6月生	計測、育児相談、ブックスタートなど

## Circle

### サークル

### 子育て支援係

Childcare support  
☎ 985-4151  
FAX 960-3269

#### NEWS

※自宅での検温、マスク着用をお願いします。

サークルは全て予約が必要です。あそびステーションの自由開放は、1枠45分程度8組までの事前予約制です。

- 登録後、各コースに参加できます。託児希望者は、タオル・飲み物などを持参してください。時間は予約時に確認を。
- 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	人数制限	内容
♡ひよこ0歳	6日(木)	福祉センター	0歳児と保護者	各14組(7組ずつ60分)	親子遊びを提供します。
♡うさぎ1歳	14日(金) (11月1日(火))		1歳児と保護者		
♡くま2歳以上	24日(月)		2歳以上児と保護者		
♡ほほえみ東	5日(水) (11月2日(水))	東公民館	未就園児と保護者	各8組	公民館、保育所で親子遊びを提供します。
♡ほほえみ西	11日(火)	西公民館			
♡ほほえみ北	19日(水)	北公民館			
♡ほほえみひまわり	26日(水)	松前ひまわり保育所			
まさきっこ	7日(金)	黒田保育所	未就園児と保護者	各3組	園庭を開放します。※駐車場要予約
	28日(金)	松前幼稚園			
あそび工房	27日(水) (11月4日(金))	ビオトープ	未就学児と保護者	各7組	ビオトープ散策 ※動きやすい服装・飲み物 体操 ※動きやすい服装・飲み物 絵本の読み聞かせ
ブックフレンドパーク	3日(月)	福祉センター			
はぐはぐの日	4日(火)				
	13日(水) 31日(月)				
サーキットあそび	17日(月) (11月4日(金))	福祉センター	未就学児と保護者	10組(5組ずつ45分)	いろいろな遊具で体を動かして遊びます。
リラックスタイム	17日(月)				
♡親でスクール	20日(木) 21日(金)	福祉センター	保護者	各7人 ※託児あり 3人※託児あり	お灸 講座「保育所について知ろう！」

子育て世代包括支援センター

## はぐはぐ

### 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



## Childcare

### 子育て

### 子育て支援係

Childcare support  
☎ 985-4189  
FAX 985-4158

## Health

### 健康

### 子育て支援係

Childcare support  
☎ 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
3歳児健診	6日(木)	13時～14時	平成31年3月生	計測、診察、歯科健診、視力スクリーニングなど
1歳6カ月児健診	13日(木)		令和3年2月後半・3月生	計測、診察、歯科検診など