

# 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

「ふ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、親子遊びを提供します。
	うさぎ1歳	12日(金)		1歳児と保護者	
	くま2歳以上	19日(金)		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、親子遊びを提供します。
	ほほえみ西	9日(火)	西公民館		
	ほほえみ北	17日(水)	北公民館		
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	未就園児と保護者	親子の友達づくりの機会として、また、親の情報交換の場として利用できます。
	なかよし誕生会	★ 24日(水)			
	ママパパキッズ編集会	★ 26日(金)			
	リラックスタイム	★ 23日(火)			
	あそび工房	25日(木)			
	バルーン	★ 29日(月)			
まさきっこクラブ	まさきっこ広場	8日(月)	小富士保育所	未就園児と保護者	保育所で親子が遊びます。
ママでスクール		★ 15日(月)	福祉センター	保護者	育児講座

### サークル紹介

## ママでスクール 子どもの発達と大人の関わり

ママを「？」にさせる子どもの正体は〇〇だった！  
子育てがもっと楽しくなる「親子の絆」を深める関わりを体験してみませんか。

**日時** 2月15日(月) 10時～11時30分

**場所** 福祉センター2階 集会室

**講師** 松山東雲短期大学 保育科専任講師 友川礼さん

※ 要予約 25組程度(託児20人程度)

※ 託児の場合、タオル、飲み物などを持参してください。

### 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、手芸品やアクセサリ雑貨などいろいろあります。見て買って楽しみましょう。

**日時** 2月25日(水) 10時～11時30分

**場所** 福祉センター2階 集会室

### ◎出展者募集中

町内在住者が対象で、出店料は100円です。希望者は2月22日(月)までに子育て支援センターへ電話してください。



### サークル紹介

## リラックスタイム 整体

ママの気になる「骨盤」のことや、体のセルフケアについてお話しします。

**日時** 2月23日(火) 10時～11時30分

**場所** 福祉センター2階 集会室

**講師** マタニティセラピスト 整体師

高本愛さん

**準備物** 着脱しやすい靴下、タオル、飲み物

※ 要予約 25組程度(託児20人程度)

### サークル紹介

## バルーン 子どもの発達を促す運動あそび

子どもの発育・発達を運動の観点からひもとき、元気な子どもの身体づくりをしましょう。

**日時** 2月29日(月) 10時～11時30分

**場所** 福祉センター2階 集会室

**講師** フィットネスインストラクター

井門恵理子さん

**準備物** 動きやすい服装、タオル、飲み物

※ 要予約 15組程度(託児10人程度)

# 保健センター

Health management

☎985-4118

## ❖すこやか相談

妊婦、乳幼児から成人のからだや心の健康について相談ができます。お気軽にお電話ください。来所相談、家庭訪問(要予約)での相談も可。

## ❖のびのび子育て・発達相談

臨床心理士や発達相談員に相談できます。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
乳児健診	2月4日(木)	13時～14時	福祉センター2階	平成27年6・7月生	計測、診察など
ママ♡キッズのすこやか相談	2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
3歳児健診	2月18日(木)	13時～14時		平成24年11・12月生	内科、歯科健診など

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	2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。
	2月17日(水)	13時～16時		
	3月2日(水)	9時～12時		
デイケア(精神保健)	2月5日(金)	9時30分～15時	福祉センター2階	レクリエーション、創作活動など
	3月4日(金)			
出前検診(乳がん・子宮頸がん)	2月10日(水)	(乳がん)9時～11時30分、13時～15時 (子宮頸がん)13時～14時	エミフル MASAKI	<b>対象：無料クーポンを持っている人</b> 直接会場にクーポン券と身分証明書(健康保険証など)を持参してください。 ※その他の会場などはお問い合わせを。
こころの健康相談	2月26日(金)	13時30分～16時30分	福祉センター2階	申込制 精神科医によるこころの健康相談

### Information

#### 参加者募集

## 赤十字巡回健康講座を行います

日常生活の一つ一つが健康につながっています。健診結果を見直して、生活習慣病予防について知識を深めませんか。

希望者には、看護師が血圧測定・体脂肪測定・検尿を行いますので、ぜひ参加してください。

**日時** 3月9日(水) 13時30分～16時

**場所** 福祉センター2階 集会室

**申し込み方法** 3月8日(火)までに、健康課保健センター係へ電話してください。

**申込先・問い合わせ先**

健康課保健センター係 ☎985-4118

#### ●タイムスケジュール

時間	内容	
13時	受け付け	
13時30分	あいさつ・赤十字事業の紹介	
14時～15時	講演「生活習慣病の予防について」 松山赤十字病院 医師 村上一雄先生	
休憩		
15時15分～16時	講義 「日常生活上の注意」 松山赤十字病院 看護師 河村真早さん	◆松山赤十字病院 医師による健康相談(5人程度)
	血圧測定・体脂肪測定 検尿など(希望者★)	◆松山赤十字病院 看護師による看護・介護相談
16時	閉会あいさつ	

★12時30分～13時25分と休憩時間にも行います。