

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
●9月9日(※) 10時～ 集会所にて「サポート会員登録説明会」を開催
(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。時間に余裕を持って参加してください。

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	3日(※)	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	11日(金)		1歳児と保護者	
	くま2歳以上	28日(月)		2歳児以上と保護者	
ほほえみクラブ	ほほえみ東	2日(※)	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	8日(火)	西公民館		
	ほほえみ北	16日(※)	北公民館		
フレンドクラブ	ブックフレンドパーク	7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、親の情報交換の場として利用できます。
	あそび工房	★15日(火)			
	バルーン	★17日(※)			
	なかよし誕生会	★18日(金)			
	リラックスタイム	★24日(※)			
	ママパパキッズ編集会	★25日(金)			
まさきっこクラブ	まさきっこ広場	4日(金)	松前幼稚園	未就園児と保護者	幼稚園で親子が遊びます。
		10日(※)	古城幼稚園		
ママでスクール	★	30日(※)	福祉センター		「木の玩具&お話し会」

サークル紹介

あそび工房 ベビーダンス

赤ちゃんを抱っこして踊り、産後の運動不足解消と赤ちゃんとのコミュニケーションをとりましょう。

日時 9月15日(※) 10時～11時30分

場所 福祉センター2階 集会所

講師 マタニティセラピスト・整体師
高本 愛さん

準備物 動きやすい服装・タオル・飲み物
※ 要予約 30組程度(託児 10人程度)



サークル紹介

バルーン マタニティヨガ

お腹の赤ちゃんと、身も心もリラックスしましょう。

日時 9月17日(※) 10時～11時30分

場所 福祉センター2階 集会所

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
※ 要予約 20組程度(託児 10人程度)

サークル紹介

リラックスタイム 整体

ママが気になる骨盤や体のセルフケアについて伝えます。

日時 9月24日(※) 10時～11時30分

場所 福祉センター2階 集会所

講師 マタニティセラピスト・整体師
高本 愛さん

準備物 動きやすい服装・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

ママでスクール 木の玉プール&えっちゃんのお話し会

木の玩具を介して、笑って話して子育てしましょう。

日時 9月30日(※) 10時～11時30分

場所 福祉センター2階 集会所

講師 (大五木材) 高橋さん
「おはなしやえっちゃん」 武知悦子さん

※ 要予約 30組程度

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
ママ・キッズのすこやか相談	9月8日(※)	13時～15時	福祉センター2階	妊婦・乳幼児	計測、歯科相談(歯ブラシ要)、育児相談など
1歳6カ月児健診	9月10日(※)	13時～14時		平成26年1・2月生まれ	内科、歯科健診など
ウェルカムベビースクール	9月15日(火)	10時～13時		妊婦・パートナー	申込制
	9月26日(土)	13時30分～16時30分	妊婦・パートナー その家族	子育ての講演・沐浴実習	
乳児健診	10月1日(※)	13時～14時		平成27年2・3月生まれ	計測、診察など

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	9月1日(火)	9時～12時	福祉センター2階	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25日(金)	13時～16時		
	10月6日(火)	9時～12時		
健診後の相談会	9月2日(※)	10時～11時45分	北公民館	申込制 健診結果の説明と相談、血圧測定など(相談は1人20～30分程度)
	9月17日(※)	10時～11時45分 13時30分～15時15分	福祉センター2階	
デイケア(精神保健)	9月4日(金)	9時30分～15時		福祉センター2階
	10月2日(金)			
こころの健康相談	9月11日(金)	13時30分～		精神科医による心の相談

Information

家族懇談会(精神保健)

伊予市と合同で精神障がい者の家族のための「家族懇談会」を行っています。精神障がい理解のための学習や参加者の経験を話し気持ちを共有する場です。

日時 9月28日(月) 13時30分～

場所 松前町総合福祉センター

内容 臨床心理士による講話・座談会「笑顔で暮らそう」
今後の開催予定 11月：中山保健センター、平成28年1月：伊予市保健センター、3月：松前町総合福祉センター
※伊予市会場も参加できます。詳しくはお問い合わせください。

【参加者の声「医師の睡眠についての講話」】

- ・わかりやすい資料で、講話がよく理解できました。
- ・夜中に何回も起きるので上手な手段で睡眠をとれるように心掛けたいです。
- ・睡眠不足がみなので、話を聞いて少し安心しました。良い眠りをとるための方法を勉強します。
- ・夜間何度も目覚めて睡眠不足を心配していたが、昼間の眠気がないので大丈夫と分かりました。早めに就寝し、早く目覚めて困っていましたが、就寝時間を遅らせてみます。