

# 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 (☎ 985-4151)

## ❖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。
- 7月・8月のみ、土曜日午前(9時～12時)に加えて、午後(13時～17時)も開館しています。遊びに来てね!

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	2日(木)	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	10日(金)		1歳児と保護者	
	くま2歳以上	24日(金)		2歳児以上と保護者	
ほほえみクラブ	ほほえみ東	1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	7日(火)	西公民館		
	ほほえみ北	9日(木)	北公民館		
フレンドクラブ	ブックフレンドパーク	6日(月)	福祉センター	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	★ 22日(水)			
	ママパパキッズ編集会	★ 31日(金)			
	リラックスタイム	★ 21日(火)			
	あそび工房	★ 29日(水)			
	バルーン	★ 14日(火)			
まさきっこクラブ	まさきっこ広場	3日(金)	松前保育所	未就園児と保護者	保育所で親子が遊びます。
		16日(木)	白鶴保育所		
ママでスクール	★	17日(金)	福祉センター	保護者	育児講座

サークル案内

## バルーン 手作りスタイ



生まれてくる赤ちゃんのために、一緒にかわいいスタイを作ってみませんか?

**日時** 7月14日(火) 10時～11時30分  
**場所** 福祉センター2階 あそびステーション  
**準備物** 裁縫道具  
**材料費** 実費  
※ 要予約 15組程度 (託児 15人程度)

サークル案内

## リラックスタイム フラダンス

聴いてるだけでも癒やされる優しいハワイアン音楽。それに合わせて、笑顔で踊ってみませんか? 未経験者でも大丈夫です。

**日時** 7月21日(火) 10時30分～12時  
**場所** 福祉センター2階 集会室  
**講師** ハワイアンフラインストラクター 滝口潤子さん  
**準備物** 運動しやすい服装、タオル、飲み物  
※ 要予約 25組程度 (託児 20人程度)

サークル案内

## ママでスクール 講座 「子どもの発達と大人の関わり」

子育てがもっと楽しくなる「親子のきずな」を深める関わりを体験してみませんか?

**日時** 7月17日(金) 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  
**準備物** (託児の場合) タオル、飲み物、着替えなど  
※ 要予約 25組程度 (託児 20人程度)

サークル案内

## あそび工房 手芸

かわいいカードケースを作ります。ポイントカードや診察券が10枚入ります。



**日時** 7月29日(水) 10時～11時30分  
**場所** 福祉センター2階 あそびステーション  
**講師** 松浦順子さん  
**準備物** 裁縫道具  
**材料費** 400円  
※ 要予約 25組程度 (託児 20人程度)

# 保健センター

Health management

☎985-4118

## ❖すこやか相談

妊婦さん、乳幼児、成人のからだや心の健康について相談ができます。お気軽にご予約ください。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
ママ♡キッズのすこやか相談	7月7日(火)	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	7月9日(木)	13時～14時		平成25年11・12月生	内科、歯科健診など
わくわく離乳食スクール	7月16日(木)	10時40分～12時30分		乳児の保護者	申込制 離乳食の進め方のお話と試食。 ※託児希望の人は申し込みを。
乳児健診	8月6日(木)	13時～14時		26年12月・27年1月生	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	7月6日(月)	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。
	7月15日(水)	13時～16時		
	8月4日(火)	9時～12時		
デイケア(精神保健)	7月3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
	8月7日(金)			
精神障がい者家族懇談会	7月8日(水)	13時30分～15時30分	伊予市保健センター	医師の講話
こころの健康相談	7月17日(金)	13時30分～	福祉センター2階	精神科医による心の相談
ダイエットウォーキングクラブ	7月1日(水)	10時～11時30分	松前公園アリーナ	ウオーキングに関する講義・実習
	7月15日(水)			
	7月29日(水)			

## Information

### ●専門医によるこころの健康相談

～悩みを抱えていませんか?～

「眠れない日が続いている」  
「ストレスを感じたり、気持ちが沈んだりする」  
「これってうつ病?」  
「精神科、診療内科の受診の方法が知りたい」  
「ひきこもりの家族について相談したい」  
「精神疾患で療養する家族の接し方を知りたい」  
「精神障がい者の社会復帰について相談したい」  
など、心身の不安や悩みを抱える本人や家族に対し、専門医などが相談に応じます。相談無料で、秘密は厳守しますので、気軽に相談してください。

**【日時】** 7月17日(金) 13時30分～(予約制)  
**【場所】** 福祉センター2階 健康課保健センター係  
**【担当】** くろだ病院精神科医師、精神保健福祉士、町保健師

**【申込先】** 健康課保健センター係 ☎ 985-4118

もし悩みを抱えている人がいたら…

- ①声を掛ける
- ②じっくり話を聞いて、相談窓口を紹介
- ③寄り添い、温かく見守る