

# 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	6日(※)	福祉センター2階	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	14日(※)		1歳児と保護者	
	くま2歳以上	20日(※)		2歳児以上と保護者	
ほほえみクラブ	ほほえみ東	5日(※)	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	11日(※)	西公民館		
	ほほえみ北	19日(※)	北公民館		
フレンドクラブ	ブックフレンドパーク	10日(月)	福祉センター2階	妊婦、0歳親子	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。
	バルーン・ぴよぴよネット★	13日(※)			
	あそび工房★	12日(※)	とべ動物園	未就園児と保護者	
	ママパパキッズ編集会★	28日(金)	福祉センター2階	保護者	
	リラックスタイム★	7日(金)			
	なかよし誕生会★	21日(金)			
まさきっこクラブ	まさきっこ広場	4日(※)	黒田保育所	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		26日(※)	福祉センター2階		講座「CARE」

### サークル紹介

リラックスタイム  
**ヨガ**

心と体のバランスを整えるヨガを目指しましょう。レッスン終了後の「すっきり感」を一緒に味わいませんか。

**日時** 11月7日(金) 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 20組まで(託児20人まで)

### サークル紹介

ママでスクール  
**講座「CARE」**  
～子どもと大人のきずなを深めるプログラム～

しつけの際に役立つ、誰にでもわかりやすく、すぐに試せる「関わりのコツ」を学んでみませんか？

**日時** 11月26日(※) 10時～11時30分

**場所** 福祉センター2階 集会室

**講師** 友川 礼さん

**準備物** 託児利用の場合は、お子さんの着替え、タオル、飲み物など

※ 要予約 20組まで(託児20人まで)

### サークル紹介

あそび工房  
**とべ動物園にでかけよう**

お友達と一緒に、ぞうさんやきりんさん、かわいいペンギンさんに会いに、動物園へお出掛けしましょう。

**日時** 11月12日(※) 10時～11時30分

**場所** とべ動物園(動物園チケット売り場前集合)

**準備物** お弁当、水筒、敷物、帽子、着替えなど

※ 要予約 20組まで

※ 雨天中止

まさきファミリー・サポート・センター  
**ふれあい交流会**

**日時** 11月8日(土) 9時30分～

**場所** 福祉センター2階

**内容**▷9時30分～ 受付 ▷9時45分～ 開会・オリエンテーション(集会室)、森のつみ木広場 ▷10時45分～ 音楽ランド(あそびステーション) ☆ボランティア音楽バンドと一緒に ▷12時30分～ 終了予定  
※ 当日ファミサポの説明あり。登録もできます。

# 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	11月11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
	11月13日(※)	13時～14時		平成25年3・4月生	内科、歯科健診など
	12月4日(※)	13時～14時		平成26年4・5月生	計測、診察など
ウェルカムベビースクール	11月13日(※)	10時～11時30分	福祉センター2階	妊婦とそのパートナー	申込制 赤ちゃんとの交流・スキンシップ遊び、育児ママとのおしゃべりタイム

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	11月4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。
	11月19日(※)	13時～16時		
	12月2日(火)	9時～12時		
デイケア(精神保健)	11月7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
家族懇談会(精神保健)	11月17日(月)	13時30分～15時30分		伊予市中山保健センター
ロコモ予防教室	11月19日(※)	10時～11時30分	松前公園アリーナ	ウォーキングに関する講義、実習
血管いきいき☆糖尿病予防のつどい	11月5日(※)	9時30分～13時	福祉センター2階	申込制 おいしく食べて糖尿病予防：講義と調理実習 運動実習「運動で血糖下げていきいきライフ」、糖尿病予防のための運動のコツ、ウォーキング
	11月7日(金)	10時～11時30分	松前公園アリーナ	
	11月28日(金)			
こころの健康相談	11月21日(金)	13時30分～16時30分	福祉センター2階	精神科医による心の相談
お酒に関する健康相談	12月9日(火)	19時15分～20時30分		お酒の飲み方など、アルコールに関することについて医師へ相談(無料)

12月1日は世界エイズデー

## 血液検査・相談を行います

●日時【夜間】12月2日(※)18時30分～19時30分

【休日】12月6日(土)13時～14時

※ 毎週水曜日の13時～14時にも定期的に検査、相談を行っています。

●場所 県中予保健所1階予診室

(松山市北持田町132)

※ 匿名・無料・予約不要で検査が受けられます。  
※ その日のうちに検査結果がわかります。

(追加確認検査が必要な場合は、検査結果が後日になることもあります)

※ 専門の医師や保健師が相談などにお答えし、プライバシーなど、秘密は守ります。

☎県中予保健所健康増進課感染症対策係

☎909-8757(内線261)

平成26年度 健やか親子21全国大会

## 未来へつなげる！愛顔の子育て地域づくり

～子どもは地域の宝、母親も地域の宝～

●日時・内容【11月26日(※)】

▷13時～14時20分 式典▷14時40分～16時 特別講演  
演題：子育てハッピーアドバイス～子が宝なら、母もまた宝～

講師：明橋 大二先生(子育てカウンセラー・心療内科医、真生会富山病院心療内科部長)【11月27日(※)】

▷9時45分～10時25分 シンポジウム第1部 基調講演  
▷10時30分～12時10分 シンポジウム第2部 パネルディスカッション

シンポジウムテーマ：母子保健の推進と地域づくり～地域で子育てを応援しよう～

●場所 ひめぎんホール

●託児(要予約)【対象】生後6カ月以上【持参物】バスタオル2枚、着替え、おやつ、ミルク、飲み物、オムツ、袋

●申し込み方法 10月24日(金)までに、県健康課増進課母子保健係(☎912-2405)までお申し込みを

