

# 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(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あそびを提供します。
	うさぎ1歳	12日(木)		1歳児と保護者	
	くま2歳以上	18日(水)		2歳児以上と保護者	
ほほえみクラブ	ほほえみ東	4日(水)	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	10日(火)	西公民館		
	ほほえみ北	20日(金)	北公民館		
フレンドクラブ	ブックフレンドパーク	2日(月)	福祉センター	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・バルーン	★ 24日(火)			
	ママパパキッズ編集会	★ 13日(金)			
	リラックスタイム	★ 16日(月)			
	なかよし誕生会	★ 26日(木)			
まさきっこクラブ	まさきっこ広場	5日(木)	宗意原保育所	未就園児と保護者	保育所、幼稚園で親子が遊びます。
		9日(月)	古城幼稚園		
ママでスクール	★	30日(月)	福祉センター		講座「歯の健康」

サークル紹介

## あそび工房・バルーン ベビーダンス

赤ちゃんを抱っこして踊る「ベビーダンス」。産後の運動不足解消や赤ちゃんとのコミュニケーション効果もあります。

**日時** 6月24日(火) 10時～11時30分

**場所** 福祉センター2階 集会室

**講師** ベビーダンス認定インストラクター  
高本 愛さん

**準備物** 運動しやすい服装、タオル、水分(親子共)

※要予約 25組まで(託児15人まで)

※妊婦さんは見学後、座談会を楽しみましょう。



サークル紹介

## リラックスタイム 整体

出産を経て気になる「自分の骨盤」。セルフケアの大切さをお伝えします。

**日時** 6月16日(日) 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** 運動しやすい服装、タオル、水分(親子共)

※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 歯と健康

正しい知識と正しい歯磨きでむし歯予防！親子で毎日楽しく歯磨きの習慣を。一緒に練習しましょうね。

**日時** 6月30日(日) 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** 歯科衛生士 重谷 紫穂さん

**準備物** 歯ブラシ、コップ、タオル

※要予約 20組まで

※質問は予約時に受け付け

# 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
乳児健診	6月5日(木)	13時～14時15分	福祉センター 2階	平成25年10・11月生	計測、診察など
ママ♡キッズのすこやか相談	6月10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	6月12日(木)	13時～14時		平成23年3・4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	6月3日(火)	9時～12時	福祉センター 2階	申請制 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。
	6月18日(水)	13時～16時		
	7月1日(火)	9時～12時		
デイケア(精神保健)	6月6日(金)	9時30分～15時	福祉センター 2階	申請制 レクリエーション、創作活動など
	7月4日(金)			
ダイエットウォーキング	6月4日(水)	10時～11時30分	松前公園 アリーナ	申請制 ウォーキングに関する講義・実習
	6月18日(水)			
	7月2日(水)			

## Information

各種相談をご利用ください(無料、秘密厳守、個別予約制)

### 1 難病に関する相談

難病療養の悩みや不安に関する相談。病気や療養生活については、医師、保健師、栄養士が対応。福祉制度については、ケースワーカーが対応。

**日時** 毎月第4水曜日 11時～12時  
※定期相談日以外も保健師が相談に応じます。  
※窓口に来られない場合は、保健師、医師、看護師、理学療法士などが訪問し、相談に応じます。

### 2 親と子どもの相談窓口

子どもの発育、発達、関わり方などの悩みや保護者自身の健康に関する相談。保健師が対応。

**日時** 毎月第3火曜日(原則) 13時30分～  
※内容によっては訪問相談も実施します。  
※電話相談は随時受け付け。

### 1・2 共通

**場所** 県中予保健所(松山市北持田132)

**申込先** 県中予保健所難病・母子保健係  
☎909-8757(内線262)

### 3 不妊専門相談

子どもができないことでの不安や、不妊治療に関する相談。電話相談は保健師が対応。面接相談は不妊相談アドバイザー、医師、助産師が対応。

**日時**(電話相談) 毎週水曜日 13時～16時  
(面接相談) 月1回(予約受付日時は同上)  
**場所**(面接相談) 県心と体の健康センター1階(松山市本町7-2)

**申込先** 相談専用ダイヤル ☎927-7117

☎愛媛県心と体の健康センター ☎911-3880

### 4 HIV検査・相談

HIV・エイズに関する悩みや不安に関する相談、匿名での血液検査。

**日時** 6月1日(日) 13時～14時  
6月3日(火) 18時30分～19時30分  
6月4日(水) 13時～14時

**場所** 県中予保健所1階予診室(松山市北持田132)

☎県中予保健所感染症対策係 ☎909-8757(内線261)