

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(リラックスタイムは10時30分～12時まで)。★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	4日(火)	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	13日(木)		1歳児と保護者	
	くま2歳以上	20日(木)		2歳児以上と保護者	
ほほえみクラブ	ほほえみ東	5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	18日(火)	西公民館		
	ほほえみ北	14日(金)	北公民館		
フレンドクラブ	ブックフレンドパーク	7日(金)	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や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★	19日(水)		0歳児と保護者・妊婦	
	なかよし誕生会★	21日(金)		未就園児と保護者	
	ママパパキッズ編集会★	28日(金)		保護者	フラダンス
	リラックスタイム★	25日(火)		妊婦	読み伝え
	バルーン★	26日(水)		保護者	育児講座「子育てコーチング」
ママでスクール		27日(木)			

サークル紹介

ママでスクール 育児講座 「子育てコーチング」

コーチングとは人を伸ばすコミュニケーション。
育児に生かすと、子どもがぐんぐん伸びる。育児が楽ちん、楽しくなりますよ。

日時 2月27日(木) 10時～11時30分

場所 福祉センター2階 集会室

講師 えひめコーチングプロサム 中越こずえさん
※託児利用の場合は、お子さんのお茶、タオル、着替えなどを持参してください。



サークル紹介

バルーン・ぴよぴよネット

妊婦さんと0歳児親子のサークルです。親子遊びを楽しんでいる様子を見たり、出産や子育てについてお話ししたりして、ゆったりと過ごしてみませんか？

日時 2月19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

※妊婦は予約してください(0歳児親子は予約不要)。

まさきファミリー・サポート・センター 「ma★ma・ほっと」サポート会員募集

まさきファミリーサポートセンター「ma★ma・ほっと」は、子育てのSOSに应诉るところです。

子育ての援助ができるサポート会員を募集しています。子ども好きな人、地域に役立つ活動をしてみたい人は、ぜひご連絡ください。

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	2月4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
乳児健診	2月6日(木)	13時～14時15分		平成25年6・7月生	計測、診察など
3歳児健診	2月13日(木)	13時～14時		平成22年11・12月生	内科、歯科健診など
ウェルカムベビースクール	2月19日(水) 2月26日(水)	10時～11時30分	福祉センター2階	妊婦	申込制 親子あそび、育児ママとのおしゃべりタイム 妊婦サークルに行ってみよう、マタニティママのためのお話し会

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4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19日(水)	13時～16時		
	3月4日(火)	9時～12時		
デイケア(精神保健)	2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
	3月7日(金)			
出前検診(乳がん・子宮頸がん)	2月13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	対象：無料クーポンを持っている人 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21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 医師によるお酒の飲み方、アルコールに関する相談
お酒に関する健康相談	2月25日(火)	19時15分～20時30分		



参加者募集

血管いきいき☆ 糖尿病予防のつどい

糖尿病は進行すると命にかかわる合併症を起こします。糖尿病を発症しない、悪化させないためにはどうしたらいいのでしょうか？

正しい知識こそ、糖尿病予防・合併症予防の近道です。糖尿病・糖尿病予備群といわれた人や糖尿病に関心がある人は、ぜひご参加ください。

【第1回】

日時 3月6日(水) 9時30分～12時

内容 「続けよう！ 糖尿病予防で万病予防！」

～医師の講話と質問タイム～ 医師 宮岡 弘明

定員 約40人

申込締切 3月5日(火)

【第2回】

日時 3月14日(金) 9時30分～12時

内容 「歯周病と糖尿病」(仮題)

歯周病簡易スクリーニング検査あり

県中予保健所健康増進課 歯科医師 高橋 直樹

※歯周病は歯の喪失の主な原因だけではなく、糖尿病の悪化、心筋梗塞のリスクの増加や肺炎などを招きます。

定員 約40人

申込締切 3月10日(日)

【第1回、第2回共通】

会場 福祉センター 集会室

申し込み 健康課保健センター係(☎985-4118) まで