

子育て掲示板

ママパクラス<助産師・栄養士編>

参加無料・要申込

妊婦の気がかりQ&Aや、マタニティエクササイズ・呼吸法、パパの妊婦体験・イクメン講座も。

日時=11月11日(月)10時~12時(9時30分~受付)

場所=さんて郡山

講師=助産師・管理栄養士・保健師

対象・定員=妊婦と父親になる人、25組(単身での参加、祖母の参加も可)

持ち物=母子健康手帳・筆記用具(体操するので、ズボン着用で参加してください)

申込・問合せ=電話かホームページで、保健センター「さんて郡山」(☎58-3333)へ

きんとっと広場

参加無料・申込不要

手遊び、ふれあい遊び、コーナー遊び(ママごと・絵本・シールはり・手作りおもちゃ)など、お家の人と一緒に楽しく遊びましょう。育児相談・身体計測もあります。

日時=10月21日(月)10時~11時30分(受付9時30分~)

場所=片桐地区公民館 音楽視聴覚室

対象=市内在住の0~5歳児とその保護者

問合せ=小泉保育園(☎53-1799)

池之内保育園(☎52-3257)

こども福祉課 子育て支援係(☎53-1542)



子育て イベント ふたばこども園 子育て支援事業

日時	行事名・内容	場所
10/30(水) 10:00~11:00 (受付9:45~)	子育てリフレッシュ「『ふれあい健康体操』1・2・3!!」 若さを維持して健康に!子どもと一緒に体を動かしてリフレッシュしましょう。 動きやすい服装で参加してください。 持ち物=バスタオル(床に敷きます)(講師:高部 美保さん(自彊術))	ふたばこども園 (今国府町60-9)
11/7(木) 10:00~11:00 (受付9:45~)	子育てリフレッシュ「写真」 プロカメラマンと一緒に子ども達の写真やビデオを撮りましょう。写真やビデオの撮影のコツを教えてください。子ども同伴で参加してください。 持ち物=いつも使っているカメラ・ビデオ(講師:石川 茂さん)	

対象=市内在住の未就園児とその保護者

申込=インターネット上のフォーム(<https://select-type.com/rsv/?id=q375PV7YJm8>)から

問合せ=子育て支援センター ふたばこども園(☎59-4141)



離乳食ステップアップ相談会

参加無料・要申込

「もうそろそろ3回食だけど離乳食どうやって進めたらいいの?」「そろそろ大人のごはんが食べられるかな?」など、離乳食後期へのステップや、かたさなどで悩みはありませんか?いつも食べている離乳食と白いごはんをお持ちください。食べている姿とお口の発達状況を見ながら栄養士がお子さまに応じた適切なステップアップを個別でアドバイスさせていただきます。

日時=10月30日(水) ①9時30分、②10時30分

※申し込み時に時間をお選びください。当日は、問診票を記入していただきますので10分前にお越しください。

場所=さんて郡山「多目的室」 対象=生後8~10ヵ月まで(平成30年12月1日~平成31年2月28日生まれ)の乳児

定員=10人(先着順) 持ち物=母子健康手帳・いつも食べている離乳食・スプーン・白ごはん・ビニールシート

※必要な人は、エプロン、ふきんなどお持ちください。また、さんて郡山に電子レンジはありませんので、冷凍のものは自宅で解凍するなどして、すぐに食べられる状態でお持ちください。

申込・問合せ=電話で、さんて郡山(☎58-3333)へ

子宮がん検診・乳がん検診の無料クーポン券は、ご利用いただけましたか?

今年度は、対象者に「無料クーポン券」等を5月下旬に個人通知しました。実施期間は、令和2年2月末日までです。

※検診終了間際には、予約状況により希望の医療機関で受診できないことがありますので、早めの受診をお勧めします。

※転入等で、対象者なのに、無料クーポン券がない人は、ご連絡ください。

子宮がん検診無料クーポン対象者(女性のみ)		乳がん検診無料クーポン対象者(女性のみ)	
年齢	生年月日	年齢	生年月日
20歳	平成10年4月2日~平成11年4月1日生	40歳	昭和53年4月2日~昭和54年4月1日生

問合せ=保健センター「さんて郡山」(☎58-3333)