

妊娠から出産・子育てまでを応援！みんな集まれ！！

ネウボラひろば



こども課
ひまわりプラザ子育て支援センター
海田児童館子育て支援センター
町民センター子育て支援センター
保健センター

☎823-9227 ☎823-9627
☎824-1225 ☎824-1246
☎822-2216 (FAX 兼用)
☎822-9946 (FAX 兼用)
☎823-4418 ☎823-0020

お父さん講座

～お父さんとふれあい体操～

お父さんと上のお子さんは一緒に体操をして、
たっぷりふれあいましょう！
講師◆日本幼児体育学会指導員 阿部 玲子さん



日時◆2月16日(土) 10時～
場所◆ひまわりプラザ 3F & 4F
定員◆20組
対象◆1歳～未就園児の子どもとお父さん・お母さん
申し込み◆1月15日(火)～ 各子育て支援センターへ

～お母さんのリフレッシュ～

お父さんの講座中、お母さんはストレッチで
リフレッシュ！
講師◆助産師 山本 恵子さん



妊婦・産婦対象教室



場所◆ひまわりプラザ (要予約)

催し名	月日	時間	内容
プレママ教室	1月23日(水)	14時～15時30分	・母乳育児について ・食生活と家族の健康
	2月14日(木)		・お産の経過と出産準備 ・お口の健康と乳歯のおはなし
	3月8日(金)		・妊婦体操 ・産後3カ月までのママと赤ちゃんの生活 対象◆16週～37週の人を対象とします。主治医の先生に参加について口頭で許可をもらってください。 持参物◆バスタオル、飲み物
パパママ教室	1月19日(土)	9時30分～11時30分	・赤ちゃんのお風呂の入れ方(沐浴体験)・育児用品について ・妊婦ジャケット体験 他 対象◆妊娠16週以降の妊婦さんと家族 定員◆12組
	2月9日(土)		・お産の経過とお父さんの役割・妊娠中の睡眠リズムについて ・お産と子育てに向けての体作り 対象◆16週～37週の人を対象とします。主治医の先生に参加について口頭で許可をもらってください。 持参物◆筆記用具、バスタオル、飲み物
マタニティサロン	妊婦体操	1月31日(土)	14時～15時30分 助産師と一緒に、妊娠・出産・産後に関わる体の動きについてお話ししながらすすめる体操教室です。(3回シリーズ) 対象◆16週～37週の人。主治医の先生に参加について口頭で許可をもらってください。 持参物◆バスタオル、飲み物
	母乳育児	1月24日(木) 2月18日(月) 3月6日(水)	14時～15時30分 助産師が、産後から始まる授乳に役立つ、母乳の知識・授乳の方法についてお話しします。(3回シリーズ)
休産後ママのための憩い	骨盤・べびいケア	2月1日(金) 2月20日(水) 3月7日(木)	10時～12時頃 お母さんの骨盤のケアと、赤ちゃんの発達に応じた姿勢についてのお話です。(3回シリーズ) 対象◆妊婦・乳児と保護者
	ベビーマッサージ	1月18日(金) 2月5日(火)	10時～11時 対象◆2～6カ月頃の乳児と保護者 持参物◆バスタオル、ハンドタオル、必要な人は飲み物
助産師の相談室		1月21日(月) 2月21日(木)	9時～12時(予約可) 助産師による個別相談(妊娠・出産のこと、母乳のことなど) 対象◆妊娠中、子育て中の人(お子様連れ、家族での参加可)

※教室参加時は母子健康手帳を持参してください。

乳幼児対象健診



対象者全員に案内を送付します。

催し名	月日	場所	時間	対象
すくすく赤ちゃん(育児教室)	1月8日(火)	ひまわりプラザ	12時50分～13時20分 整理券12時30分～	平成30年8月生まれ
11カ月児親子教室(ぐんぐん)	1月25日(金)	案内でお知らせした場所	10時～ 9時30分～9時55分受付	平成30年1～3月生まれ (12月来られなかった人)
1歳6カ月児健康診査(1歳6カ月～2歳未満)	1月10日(木)	ひまわりプラザ	12時50分～13時30分 整理券12時30分～	平成29年6月生まれ
3歳児健康診査(3歳～4歳未満)	1月24日(木)	ひまわりプラザ	12時50分～13時45分 整理券12時30分～	平成27年10月1日～平成27年11月15日

「生活習慣を見直そう」～一日のはじまりは朝ごはんから～

平成30年度
子育て
ワークショップ



みなさん、毎日朝ごはんを食べて一日をスタートしていますか？生活リズムをととのえることは、成長期の子どもにとってとても大切！
子どもの生活習慣を一緒に見直してみませんか？

日時◆1月21日(月)・1月28日(月)・2月4日(月) 10時～
(3回シリーズ)

場所◆ひまわりプラザ 対象◆子育て中の人

定員◆10人

申し込み◆各子育て支援センターへ

※託児を希望される人は申し込みの時に伝えてください。



乳幼児教室



催し名	月日	場所	時間	内容
赤ちゃん講座 ままたいむ (4回連続講座)	1月22日・29日 2月5日・12日 ※いずれも火曜日	ひまわり プラザ	10時～12時	生後3カ月から5カ月までの第一子のお母さんを対象とした4回連続の講座です。 対象◆平成30年9・10・11月生まれの第一子赤ちゃんとお母さん 定員◆10組 申し込み◆担当の子育て支援センターへ事前申し込み
	1月23日・30日 2月6日・13日 ※いずれも水曜日	海田児童館 町民センター		

※参加できる子育て支援センターは住んでいる地域によって決まっています。詳しくは、子育て支援センターへ。

催し名	対象	時間	ひまわりプラザ	海田児童館	町民センター
赤ちゃん教室①(にこにこ)	4カ月～8カ月の未就園児と保護者	10時～	1月8日(火)	1月9日(水)	1月9日(水)
赤ちゃん教室②(はいはい)	9カ月～1歳3カ月の未就園児と保護者		1月15日(火)	1月16日(水)	1月16日(水)
親子教室①(よちよち)	1歳4カ月～2歳未満の未就園児と保護者		1月10日(木)	1月8日(火)	1月17日(木)
親子教室②(のびのび)	2歳以上の未就園児と保護者		1月17日(木)	1月15日(火)	1月10日(木)

今月の食育メニュー◆体喜ぶプチプススープ 持参物◆飲み物 ※参加費無料。(保護者のみ試食があります。アレルギーのある人は事前に確認してください) ※事前申し込みは必要ありません。当日、支援センターに来てください。

乳幼児の相談



催 し 名	月 日	場 所	時 間	内 容
健 康 相 談 室	毎週月曜日 (祝日を除く)	保健センター	受け付け 9時～11時	身体計測、尿検査、離乳食相談、育児相談、健康相談 持参物◆母子健康手帳
ひよこ相談室	1月9日(水)	ひまわり プラザ	10時～12時 (受け付け 10時～11時)	身体計測、子育て相談 持参物◆母子健康手帳
	1月16日(水)			
どんぐり相談	1月18日(金)	保健センター	9時～12時	子どもの成長・発達についての相談 専門医◆柏学園幼児発達支援センター 白井賢さん 対象◆幼児 申し込み◆電話で保健センターへ ※定員になり次第締め切ります。

町内の幼稚園・保育所の園庭開放

未就園児と保護者が、幼稚園・保育所の園庭で遊べます。

海田幼稚園 ☎823-5635	1月の園庭開放はありません。	海田みどり幼稚園 ☎822-4359	1月9日(水)、1月16日(水) 10時～11時30分	東海田幼稚園 ☎822-7576	1月9日(水)、1月23日(水) 10時～11時 (受け付け9時30分～)
明光保育園 ☎823-0366	毎週水曜日 10時～11時	龍洞保育園 ☎823-3354	毎週水曜日 10時～11時30分	小さくら保育所 ☎823-2079	毎週水曜日 10時～11時
海田保育園 ☎847-2235	毎週水曜日 10時～11時	さいわい保育園 ☎821-1550	毎週水曜日 10時～11時30分		

子育て支援センターの開放

土曜日
OK!

ひまわり プラザ	●つどいの広場(おひさま) 月曜～土曜(祝日・12月29日～1月3日を除く) 10時～16時 ●かいた版ネウボラ園庭(つくも保育所園庭)で遊ぼう！ 毎週水・金曜日10時～11時	海田児童館	つどいの広場(おひさま) 月曜～金曜 (祝日・12月29日～1月3日を除く) 9時～14時
		町民センター	