

★妊娠したら

事業名	対象者	実施日	受付時間 (終了予定時間)	事業内容
母子健康手帳 交付	妊娠 された方	月～金曜日 (祝日は除く)	8:30～17:00 ※木曜日のみ 19:00まで	母子健康手帳を交付します。また、予防接種の 受け方、健康や栄養に関するご相談に応じます 保健福祉課地域保健係（西棟1階39番窓口）
マタニティ スクール *予約不要! パパやご家族の 方もどうぞ!	妊婦と その家族	【実施月の火曜日】 6/13 9/12 12/12 3/13 6/20 9/19 12/19 3/20 6/27 9/26 12/26 3/27	13:15～13:30 (16:00)	1 妊娠の経過と過ごし方、妊婦体操、交流会 ※体操のできる服装でご参加ください 2 妊娠中・産後の食事、歯のお話 (実演・試食あり) 3 赤ちゃんとの上手な関わり方、沐浴実習
多胎児マタニ ティスクール *要予約	多胎児妊婦と その家族	7/19(水) 11/15(水) 3/14(水)	13:15～13:30 (15:00)	助産師による妊娠から出産までのお話、先輩マ マとの交流会（フリースペース見学）など
両親学級 *要予約(抽選)	初妊婦と その夫 (小倉北区在 住の方優先)	【実施日】 6/4(日) 9/3(日) 11/26(日) 3/4(日)	【受付期間】 5/8～5/12 8/4～8/10 10/23～10/27 2/5～2/9	9:20～9:35 (12:00) 2人で子育てするためのお話や赤ちゃんのお世 話体験、沐浴実習、妊婦体験など ※予約のご案内は、市政だよりでもお知らせし ます。(受付期間終了後、10日程度で当選され た方のみにはがきをお送りします。落選の方 には、電話連絡を行いません。)

★子育てを楽しく

事業名	対象者	実施日	受付時間 (終了予定時間)	事業内容
離乳食教室	《前期》 6か月まで の子どもと その家族 《後期》 7か月以上 の子どもと その家族	【第1水曜日】 ※5月、1月は第2水曜日 4/5 ※5/10 6/7 7/5 8/2 9/6 10/4 11/1 12/6 ※1/10 2/7 3/7 【奇数月第4金曜日】 5/26 7/28 9/22 11/24 1/26 3/23	13:15～13:30 (15:00)	離乳食のお話や作り方(実演・試食あり) 個別相談もあります ※お父さん、おじいちゃん、おばあちゃん、妊 婦さんどうぞ!!
ほやほや 赤ちゃん教室	1か月～ 6か月未満の 子どもと その家族	【実施月の第3火曜日】 6/20 9/19 12/19 3/20	13:15～13:30 (15:00)	生まれてほやほやの赤ちゃんとの上手な関わり 方、絵本の読み聞かせ、子育てワンポイントア ドバイスなど
すくすく 赤ちゃん教室	6か月～ 1歳未満の 子どもと その家族	【実施月の第3火曜日】 ※8月は第4火曜日 5/16 8/22 11/21 2/20	13:15～13:30 (15:00)	赤ちゃんとの上手な関わり方、絵本の読み聞か せ、歯のお話、子育てワンポイントアドバイス など
幼児食教室 *要予約	1歳6か月～ 3歳未満の 子どもと その家族	【実施日】 7/19(水) 1/17(水)	【受付期間】 6/19～7/11 12/18～1/9	10:15～10:30 (12:00) 幼児食のお話や作り方(試食あり)、子育ての ワンポイントアドバイスなど 個別相談もあります
わいわい 子育て相談 *要予約	心・体の発達 が気になる就 学前の子ども と保護者	【第3木曜日】 4/20 5/18 6/15 7/20 8/17 9/21 10/19 11/16 12/21 1/18 2/15 3/15	13:15～13:30 (15:30)	小児科医師、臨床心理士などの専門スタッフが 子育てのご相談に応じます
すこやか相談 *要予約	心・言葉の発 達が気になる 子どもと 保護者	【第3木曜日】 4/20 5/18 6/15 7/20 8/17 9/21 10/19 11/16 12/21 1/18 2/15 3/15	①13:15～ または ②14:30～	児童心理司が個別にご相談に応じます
多胎児 フリースペース (親子ふれあいルー ム：双子デー)	多胎児と その家族	【奇数月第3水曜日】 ※3月は第2水曜日 5/17 7/19 9/20 11/15 1/17 3/14	13:00～15:00 (15:00)	育児についての情報交換や交流、先輩ママの子 育てアドバイスなど 【実施場所】 小倉北区役所東棟8階親子ふれあいルーム

★教室参加の際は、母子健康手帳をお持ちください。★要予約は電話受付のみです。

★育児に関するご相談も随時お電話で受付しています。下記までお問合せください。

★悪天候等の理由により、中止や内容の変更を行うことがあります。

教室の実施場所
小倉北区役所 東棟3階

《お問合せ・ご予約先》

小倉北区役所保健福祉課地域保健係（西棟1階39番窓口） TEL 093-582-3440（直通）

