

☆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				
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】		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			
		1課	6/12			9/11	12/11	3/12
		2課	6/19			9/18	12/18	3/19
	3課	6/26	9/25	12/25	3/26			
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	7/18(水) 1/16(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】 6/3(日) 9/2(日) 11/25(日) 2/23(土)	【受付期間】 5/7~5/11 8/6~8/10 10/22~10/26 1/21~1/25	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》 0歳6か月以下 の乳児と保護 者	【第1水曜日】 ※1月・5月は第2水曜日 4/4 ※5/9 6/6 7/4 8/1 9/5 10/3 11/7 12/5 ※1/9 2/6 3/6	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、 妊婦さんもどうぞ!!	
	《後期》 0歳7か月~1歳 6か月の乳幼児 と保護者	【奇数月第4金曜日】 ※11月は第5金曜日 5/25 7/27 9/28 ※11/30 1/25 3/22			
ほやほや 赤ちゃん教室	0歳1か月~ 0歳5か月の乳 児と保護者	【実施月の第3火曜日】 6/19 9/18 12/18 3/19	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 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	
すくすく 赤ちゃん教室	0歳6か月~0歳 11か月の乳児 と保護者	【実施月の第3火曜日】 5/15 8/21 11/20 2/19			
幼児食教室 *要予約	1歳6か月~2歳 11か月の幼児 と保護者	【実施日】 7/18(水) 1/16(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】 ※3月は第1木曜日 4/19 5/17 6/21 7/19 8/16 9/20 10/18 11/15 12/20 1/17 2/21 ※3/7	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 1歳6か月~3歳 11か月の子ど もと保護者	【第3木曜日】 ※3月は第1木曜日 4/19 5/17 6/21 7/19 8/16 9/20 10/18 11/15 12/20 1/17 2/21 ※3/7	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 ム:双子デー)	多胎児と 保護者	【奇数月第3水曜日】 5/16 7/18 9/19 11/21 1/16 3/20	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)

保健師・看護師等が相談に応じたり、親同士の交流・子ども同士のふれあいの場として子育て相談を行っています。どうぞ、お気軽にお立ち寄りください！

【対象者】 妊婦および乳幼児とその保護者

【内容】 乳幼児の体重・身長測定、育児に関する相談、子育て情報交換、交流など

詳細は下記へお問合せください。

【持ってくるもの】 母子健康手帳

読み方(50音順)	会 場	開 催 日	開 催 時 間
あしはら	足原市民センター	第1水曜日 ※1月は休み	10:00~11:30
あだち	足立市民センター	第2木曜日 ※8月は休み	
いずみだい	泉台市民センター(12月~会場変更)	第2水曜日 ※8月は休み	
いとうづ	到津市民センター	第3水曜日	
いぼり	井堀市民センター	第1水曜日 ※1月は休み	
いままち	今町市民センター	第2火曜日	
きたこくら	北小倉市民センター	第3金曜日	
きふね	貴船市民センター	第1月曜日	
きよみず	清水市民センター	第4火曜日	
きりがおか	霧丘市民センター	第1金曜日 ※5月は休み	
こくらちゅうおう	小倉中央市民センター	第1火曜日 ※1月は休み	13:30~15:00
さくらがおか	桜丘市民センター	第4木曜日	
さぶろうまる	三郎丸市民センター	第4水曜日	
じゅざん	寿山市民センター	第4火曜日	10:00~11:30
しんせいまち	新政町児童館	第3火曜日 ※3月は第2火曜日	10:30~11:30
とみの	富野市民センター	第3月曜日 ※7月・9月は休み	10:00~11:30
なかい	中井市民センター	第1木曜日 ※5月・1月は休み	
なかしま	中島市民センター	第2木曜日 ※8月は休み	
にしこくら	西小倉市民センター	第1月曜日	
ひあかり	日明市民センター	第1金曜日 ※5月は休み	
みなみがおか	南丘市民センター	第2水曜日	
みなみこくら	南小倉市民センター	第3水曜日 ※8月は休み	

★受付時間は各会場によって異なります。詳細は各会場のチラシをご覧ください。

★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。

* * * * *
 * * * * *
 * * * * *
 * * * * *
 * * * * *
 * * * * *
 * * * * *
 * * * * *
 * * * * *

《お問合せ先》
 小倉北区役所 保健福祉課 地域保健係
 〒803-8510 小倉北区大手町1-1
 TEL **093-582-3440** (直通)

