



妊娠したら

☆各事業には、母子健康手帳をご持参ください
☆参加は無料です

パパやおじいちゃん、おばあちゃんもぜひご参加ください

事業名	対象	実施日	時間 (受付時間)	内容など	
母子健康手帳の交付	妊娠された方	月～金曜日 (祝・休日、年末年始は除く)	8:30～17:00 木曜日のみ 19:00まで	・母子健康手帳の交付 ・健康や栄養に関するご相談に応じます	
パパも知っ得！ マタニティ講座 2回シリーズで行います	妊婦とその家族	1課 5/18 (金)	若松区役所	13:30～15:30 (13:20～13:30)	1課：助産師・歯科衛生士による講話 ・妊娠中の過ごし方 ・リラックス法や出産準備ストレッチ ・胎内からのデンタルケア 2課：助産師・管理栄養士による講話 ・赤ちゃんとの過ごし方、ママの産後ケア ・ママとベビーのすこやかレシピ ・先輩ママ&ベビーとの交流会
		2課 5/25 (金)			
		1課 9/21 (金)	島郷市民センター		
		2課 9/28 (金)			
1課 1/18 (金)	若松区役所				
2課 1/25 (金)					
両親学級 ※要予約	初妊婦とその夫など	6/10 (日) 申込 5/18 (金)～ 10/14 (日) 申込 9/18 (火)～ 2/24 (日) 申込 2/4 (月)～	9:30～12:00 (9:20～9:30)	～新しい家族を二人で迎えるために～ ・夫のサポート(役割)の話 ・沐浴実習	



赤ちゃんが生まれたら

事業名	対象	実施日	時間 (受付時間)	内容など	
ほやほや赤ちゃん教室 ※要予約	生後1～4ヶ月の赤ちゃんとその保護者	5/25 (金) 申込 5/7 (月)～ ★9/28 (金) 申込 9/5 (水)～ 1/25 (金) 申込 1/7 (月)～ ★3/15 (金) 申込 3/4 (月)～ ★9/28、3/15は島郷市民センターで開催	14:00～15:30 (13:50～14:00)	・赤ちゃんとのスキンシップ ・ベビーマッサージ ・先輩ママ&ベビーとの交流会	
子育て教室	乳幼児とその保護者	【実施月の第2木曜日】 5/10 6/28 7/12 8/9 9/13 10/11 11/8 12/13 2/14 3/14 ※6月のみ第4木曜日	10:00～11:30 (9:50～10:00)	毎回テーマを変えて育児に役立つ情報を提供します。 詳しい内容は、別紙チラシおよび市政だよりをご覧ください。	
ふたご・みつこの子育て交流会 ※要予約	ふたごちゃんみつごちゃんとその保護者	7/4 (水) ※年1回開催	10:00～11:30 (9:50～10:00)	・ふたごちゃん・みつごちゃんの保護者の交流会 ・保育士によるお遊びや絵本の読み聞かせ	
離乳食教室	離乳開始～7ヶ月頃	若松区役所 島郷市民センター 【実施月の第2火曜日】 4/10 6/12 5/8 7/10 8/14 10/9 9/11 11/13 12/11 2/12 1/8 3/12	13:30～15:30 (13:15～13:30)	・管理栄養士による離乳のすすめ方の話 ・離乳食の作り方の実演と試食 ・個別相談に応じます	
	7ヶ月頃～離乳完了	【実施月の第3火曜日】 5/15 8/21 11/20 2/19	13:30～15:30 (13:15～13:30)		
幼児食教室 「乳幼児なんでも相談」同時開催	乳幼児とその保護者	7/26 (木) 島郷市民センター 10/9 (火) 若松中央市民センター 11/15 (木) 二島市民センター	11:00～12:00 (10:00～11:00)	・管理栄養士による幼児食についての話 ・調理の実演・試食	
心配ごと	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その保護者	【毎月第2水曜日】 4/11 5/9 6/13 7/11 8/8 9/12 10/10 11/14 12/12 1/9 2/13 3/13	13:30～15:30	小児科医・臨床心理士・作業療法士・保育士・保健師・管理栄養士などの専門スタッフがご相談に応じます。
	すこやか相談 ※要予約	心・言葉の発達が気になる幼児とその保護者	【毎月第4火曜日】 4/24 5/22 6/26 7/24 8/28 9/25 10/23 11/27 12/25 1/22 2/26 3/26	13:15～15:30	1歳6ヶ月児・3歳児健診後、心やことばの発達で気になることがある方に児童心理司がご相談に応じます。
	親子遊び教室 ※要予約	原則わいわい子育て相談に参加した親子	【毎月第4水曜日】 4/25 5/23 6/27 7/25 8/22 9/26 10/24 11/28 12/26 1/23 2/27 3/27	10:00～11:30 (9:45～10:00)	親子で体を使った遊びをし、子どもの心の発達を促し、親子のかかわり方を学ぶ教室です。

妊娠・出産・育児や健康に関するご相談は、いつでもどうぞ！
【お問い合わせ・ご予約は…】
若松区役所 保健福祉課 地域保健係 (2F⑩窓口)
TEL: 761-5327

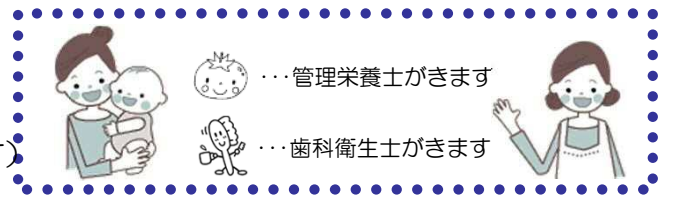


妊産婦・乳幼児なんでも相談

お子さまの身長・体重測定、発育・発達・育児に関する相談、保護者の健康相談などを行っています。

保健師・看護師などが相談に応じます。
どうぞ、お気軽にお立ち寄りください♪

母子健康手帳をお持ちください



開催時間…10:00～11:30（予約不要・無料です）

場 所	開催曜日	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
青葉市民センター (青葉台西1-14-1)	第1金	6	*第3金 18	1	6 	3	7 	5	2	7 	*第3金 18	1	1
赤崎市民センター (西小石町8-2)	第3金	20	18	15	20 	17	21	19	16	21	18	15 	15
島郷市民センター (鴨生田2-1-1)	第4木	26	24	28	26 	23	27 	25	22	27	24 	28	28
修多羅市民センター (白山1-9-13)	第1木	5	休	7 	5	2 	6	4	1	6	休	7 	7
高須市民センター (高須北1-1-2)	第4火	24	22	26	24 	28 	25	23	27	25	22	26 	26
ひびきの市民センター (大字塩屋736番地)	第3水	18	16 	20	18	*第4水 22	19	17 	21 	19	16	20	20
深町市民センター (深町1-2-12)	第1火	3	休	5 	3	7	4	2	6 	4	休	5	5
藤ノ木市民センター (赤島町20-13)	第2火	10	8	12	10	14	11 	9 	13	11	8	12	12
二島市民センター (東二島2-7-3)	第3木	19	17 	21	19 	16	20	18	15 	20	17	21	休
若松中央市民センター (浜町1-1-2)	第2火	10	8	12 	10	14	11 	9 	13	11	8	12	12

※上記の日程は変更される場合があります。



若松区役所 保健福祉課 地域保健係
〒808-8510 若松区浜町1丁目1-1
TEL 761-5327 FAX 761-3127

