

# ずっと安心 みんな笑顔で 中央区の子育て



妊娠中や子育て中の皆さん、ひとりで悩むことはありませんか。「みんなでつながる子育てほっとサポート事業」では、保健師や助産師などの専門職に気軽に相談できる場や、仲間づくりができる場として「妊カフェ・育カフェ」「子育て講座たち！」を毎月開催しています。妊娠期から出産、乳児期まで切れ目なく、地域で安心して子育てができるようサポートします。今年度はいずれの講座も新しく天寿園でも開催します。8月の開催案内は下記「健康・福祉」に掲載しています。☎健康福祉課健康増進係 (☎223-7237)

## 妊娠期

## 出産

## 生後6カ月



妊カフェでは出産予定日が近い皆さん同士のフリートークのほか、沐浴などの育児体験ができます。9月に第1子を迎える予定の中山亘さん・佳奈さんは「転勤で4月に初めて新潟に来ました。慣れない場所での出産・子育てに少し不安を感じていましたが、他の皆さんと悩みを共有できる場が身近にあってほっとしました。沐浴も今まで体験する機会がなかったのですが、時間をかけてコツを学びました」と満足そうな様子でした。



育カフェの子育てミニ講座では、親子の育ちあいルーム tete の助産師・岡崎淳子さんが「赤ちゃんはお母さんのにおいや体温で安心します。お子さんとふれあう時間を大切にしてくださいね」とアドバイス。瑞季くん(5カ月)と2回目の参加をした熊木文香さんは「気軽におしゃべりできるアットホームな雰囲気が気に入っています。ここに来て他のママのお話を聞くと育児を頑張る元気をもらえます」と笑顔で話してくれました。



「子育て講座たち！」では、保健師・助産師・保育士による赤ちゃんの成長に合わせたふれあい遊びの紹介や育児講座を行います。創くん(8カ月)と参加した大矢絵里奈さんは「月齢が同じくらいの子の親同士で話すと、悩みはみんな共通だと分かって安心しました。息子も体を使った遊びをするようになってきたので、子どもとふれあいながら楽しめる遊びを教えてもらえて良かったです」と充実した表情でした。

### 平成30年度 第3回自治協議会の概要

6月29日の会議では、平成31年度の特色ある区づくり予算の企画立案に対する意見照会のほか、区自治協議会条例改正(案)の概要報告がありました。

会議の概要や資料は、市役所本館1階市政情報室で閲覧できるほか、区ホームページに順次掲載します。

**■次回の開催案内**

☎ 7月27日(金)午後3時から  
 ㊦ 中央区役所(NEXT21)5階 対策室  
**傍聴者の定員 先着15人**  
 ※議題は、市役所本館や中央区役所、東出張所、南出張所に掲示するほか、区ホームページに掲載します。  
 ☎ 地域課 (☎223-7023)

妊カフェ(8月)	育カフェ(8月)
☎ 8/20(月) 13:30~15:30 ㊦ 西堀ローサ ジョイントベース(西堀前通6) ☎ 妊婦先着20人 ※パートナーの参加可 ㊦ 母子健康手帳	☎ 8/10・24(いずれも金曜) 10:00~11:30 ㊦ 燕喜館(白山公園内) ☎ おおむね生後6カ月未満の子どもと母親先着20組 ㊦ 母子健康手帳、バスタオル、おむつなど赤ちゃんに必要なもの

☎ 親子の育ちあいルーム tete (☎080-6250-3653)

**■子育て講座「たち」(毎月開催)**

☎ 8月8日(水)午前10時~正午  
 ㊦ はっぴい mamaはうす(神道寺1-5-44) ※20台程度駐車可能  
 ☎ 親子遊び、保健師・助産師による子どもの月齢に合わせた関わり方や遊び方の紹介  
 ☎ 平成29年8月~平成30年1月生まれの子どもと保護者先着20組  
 ㊦ 母子健康手帳、バスタオル、動きやすい服装  
 ☎ 7月19日(木)午前8時30分から携帯電話などで右の二次元コードを読み取り、応募フォームで申し込み。 ※読み取ることができない人はお問い合わせください  
 ☎ はっぴい mamaはうす (☎278-3177、水曜定休)

たち!  
申込先

### ステップ離乳食

☎ 8月16日(木)午前10時~11時30分 ※受け付けは9時40分から  
 ㊦ 南地域保健福祉センター  
 ☎ 2回食・3回食への進め方、試食  
 ☎ おおむね生後6カ月以上の子どもの保育者先着30人  
 ㊦ 母子健康手帳、バスタオル、らくらく離乳食ガイドブック(持っている人)  
 ☎ 7月18日(水)から8月14日(火)までに電話で市役所コールセンター (☎243-4894)へ

### のびのび育ちの相談会

「落ち着きがない」「友達とのトラブルが多い」「かんしゃくへの対応が分からない」など、子育てで気になることや困っていることについて、心理相談員や保健師が親子遊びの様子を見ながら相談に応じます。

☎ 1歳6カ月児健診を終えた未就園児と保護者  
 ㊦ 電話で居住地区の各地域保健福祉センターへ

期日	時間	会場
8/3(金)		中央地域保健福祉センター
8/9(木)	9:45~11:10	南地域保健福祉センター
8/29(水)		東地域保健福祉センター

## 健康・福祉

- 東地域保健福祉センター 明石 2-3-25 ☎ 243-5312
- 南地域保健福祉センター 新和 3-3-1 ☎ 285-2373
- 中央地域保健福祉センター 関屋下川原町 1-3-11 ☎ 266-5172

### 安産教室(全2回)

☎ 8月22日(水)午後1時30分~3時30分、9月16日(日)午前9時30分~正午  
 ㊦ 南地域保健福祉センター  
 ☎ 出産予定日が今年12月~平成31年1月の妊婦先着20人  
 ㊦ 母子健康手帳、筆記用具  
 ☎ 7月18日(水)から健康福祉課健康増進係 (☎223-7237)へ

### みんなでつながる子育てほっとサポート事業

**■妊カフェ・育カフェ(毎月開催)**  
 ☎ 保健師や助産師への相談、参加者同士の情報交換、沐浴体験(妊カフェ)、ほか  
 ㊦ 100円  
 ☎ 7月19日(木)午前8時30分から携帯電話などで右の二次元コードを読み取り、応募フォームで申し込み。 ※読み取ることができない人はお問い合わせください。育カフェは月1回のみ申し込み可。

妊カフェ  
申込先

育カフェ  
申込先

### 育児相談

☎ 保健師などによる個別相談  
 ㊦ 母子健康手帳、バスタオル ㊦ 当日直接会場  
 ㊦ 各地域保健福祉センター ※入舟健康センター希望者は、中央地域保健福祉センターへお問い合わせください。

期日	時間	会場
8/3(金)	13:30~15:00	◆中央地域保健福祉センター
8/16(木)		◎東地域保健福祉センター
8/21(火)	9:30~11:00	◎入舟健康センター(北部総合コミュニティセンター別館棟1階)
8/29(水)	9:30~11:00	◎◆南地域保健福祉センター
	13:30~15:00	◎南地域保健福祉センター

◎は栄養士、◆は歯科衛生士による相談あり

### はじめての離乳食

時間 午後1時30分~3時15分 ※受け付けは1時15分から  
 ☎ 離乳食の始め方と進め方、試食  
 ☎ おおむね生後5カ月の子どもの保育者  
 ㊦ 母子健康手帳、バスタオル  
 ☎ 7月18日(水)から各実施日の2日前までに電話で市役所コールセンター (☎243-4894)へ

期日	会場	定員(先着)
8/16(木)	南地域保健福祉センター	30人
8/23(木)	中央地域保健福祉センター	20人

### フッ化物塗布

☎ 8月8日(水)午前9時30分~10時30分  
 ㊦ 東地域保健福祉センター  
 ☎ 4歳未満の子ども先着30人 ㊦ 1,020円  
 ㊦ 母子健康手帳  
 ☎ 7月18日(水)から8月6日(月)までに電話で市役所コールセンター (☎243-4894)へ

### スマイルキッズ(障がいのある子の保護者の集い)

☎ 7月20日(金)午前10時~11時30分  
 ㊦ 南地域保健福祉センター  
 ☎ 参加者同士の情報交換、自由遊び、ほか  
 ※午前10時30分から11時まで先輩ママとのフリートークを開催  
 ☎ 障がいのある子と保護者。保護者のみの参加可。  
 ☎ 前日までに電話で同センター (☎285-2373)へ

### 健康相談

☎ 保健師・栄養士による個別相談  
 ㊦ 健診や人間ドックの受診結果(持っている人)  
 ㊦ 締め切り日までに電話で各地域保健福祉センターへ

期日	会場	受付時間	申し込み締め切り
8/8(水)	中央地域保健福祉センター	13:30~15:00	8/7(火)
8/10(金)	東地域保健福祉センター	13:30~15:00	当日直接会場
	南地域保健福祉センター	9:00~11:00	8/8(水)