



Bringing up a child

子育て

子育て世代包括支援センターどれみ  
(行方市保健センター内)

♪子育て相談ダイヤル♪

☎080-2211-4411

✉kosodate@city.namegata.lg.jp

子育て相談ができます!お気軽にご連絡ください。



### 本年もよろしくお願いたします

子育て世代包括支援センターどれみは、本年も、妊娠前から子育て期を切れ目なく、寄り添いながらサポートしてまいります。

保健師や子育てコンシェルジュが、皆さんのお悩みや困りごとに丁寧に対応します。スマートフォンやパソコン等を使用したオンライン相談にも対応しています。

また、母子健康手帳等の交付 (LINE 予約制)、子育てママ育児支援品 (紙おむつ・おしりふき) の贈呈、子育て広場・親子講座・子育て力アップ講座・骨盤ヨガ講座・ベビーマッサージ教室・子育てほっと! サロン・リフレッシュ・ママクラス・子育てミニ講話等の開催、子育てサークルの支援などを行っています。妊娠・出産・子育てに関するご相談は、子育て世代包括支援センターどれみまで、お気軽にご連絡ください。

### ◆ ベビーマッサージ教室参加者募集 ◆

下記の日程で、ベビーマッサージ教室の参加者を募集します。

マッサージを通して、赤ちゃんからのメッセージを受け止め、親子の絆を深めましょう。

**【日 時】** 1月24日 (水) 10:00 ~ 11:30

※ 30分間ベビーマッサージを行い、終了後はママ同士の交流および育児相談の時間となります。

**【場 所】** 行方市保健センター

**【対 象】** 1カ月~10カ月児の親子

**【定 員】** 7組

**【持ち物】** ベビーオイル・バスタオル (普段使っているもの)・ハンドタオル2~3枚・飲み物

**【講 師】** インストラクター 松田佳織先生

**【申込期間】** 1月5日 (金) ~ 17日 (水)

**【申込先】** 子育て世代包括支援センターどれみ

### 子育て広場カレンダー

【午前】 9:30 ~ 11:30

【午後】 13:00 ~ 15:00

1月	麻生 (麻生公民館)		北浦 (保健センター)		玉造 (玉造公民館)	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後
9 火	▲				★	
10 水			★		○	
11 木	○		*			
12 金	★				○	
15 月			▲			
17 水	◆				○	
18 木	○				▲♪	
22 月			○			
23 火	○		◆			
24 水	○				◆	
25 木			○		○	
26 金	♪		○			
29 月			♥			
30 火	○				○	
31 水			♪		○	

★…絵本の読み聞かせ (10:30 ~)

▲…幼稚園教諭による子育て相談 \*…作業療法士によるミニ講話

◆…保健師による子育て相談 ♥…ほっと! サロン (10:00 ~)

♪…ミュージックケア (【午前】 10:30 ~ 【午後】 14:00 ~)

「子育て広場」とは…

就学前のお子さんとそのご家族のために開かれる遊び場です。行ってみたい会場どこに参加しても大丈夫です。お気軽にご来場ください! お母さんだけでなく、他のご家族の方も大歓迎です! お子さんの安全を守るためにスタッフがいますが、お子さんをお預かりして保育するものではありません。お子さんから目を離さないようお願いいたします。

### ◆ 「骨盤ヨガ講座」参加者募集 ◆

産後ママのための「骨盤ヨガ講座」の参加者を募集します。

**【日 時】** 2月6日 (火) 10:00 ~ 11:15

**【場 所】** 行方市保健センター

**【対 象】** 産後3カ月经過された方  
※託児有り

**【定 員】** 15人

**【持ち物】** バスタオル・汗拭きタオル・飲み物・ブランケット

**【講 師】** ヨガインストラクター  
鈴木綾子先生

**【申込期間】** 1月17日 (水) ~ 31日 (水)

**【申込先】** 子育て世代包括支援センターどれみ