



～子育てに役立つ情報を提供するコーナーです～

（申込・詳細） 健康・子ども課 ☎511-7221

【エンジョイマタニティクッキング】

妊娠中に必要な栄養とバランスのよい食事の作り方について学べる簡単料理教室です。

◆日時 3月1日(木)午前10時～午後0時30分（受け付けは午前9時45分から）。

◆会場 中央保健センター2階講堂・栄養実習室（南3西11）。

◆対象 区内在住で妊娠5～7カ月の初妊婦の方。

◆定員・費用 25人・無料。

◆持ち物 母子健康手帳、エプロン、三角巾、スリッパ、手拭き用タオル、筆記用具。

◆申込 2月13日(月)午前9時から電話で（ファクス不可）。先着順。

【両親教室】

ご夫婦で赤ちゃんを迎える準備をしませんか？

◆内容 講話・育児実習・妊婦疑似体験など。

◆日時 3月2日(金)午後6時30分～8時30分（受

け付けは午後6時から）。

◆会場 中央保健センター2階講堂（南3西11）。

◆対象 区内在住で5～7月に出産予定の初妊婦とその夫。

◆定員・費用 40組（80人）・無料。

◆持ち物 母子健康手帳、テキスト「わが家に赤ちゃんがやってくる」。

◆申込 2月13日(月)午前9時から電話で（ファクス不可）。先着順。

【健康づくりの輪「子育て講演会」】

ゆとりある子育てができる環境づくりのため、お母さんの心の健康をテーマにした講演会です。

◆内容 「子育て時期の女性の心の健康」

講師：札幌医科大学附属病院 館農 勝医師。

◆日時 3月15日(木)午後1時30分～3時（開場は午後1時10分から）。

◆会場 中央保健センター2階講堂（南3西11）。

◆対象 区内在住で子育て中もしくは子育てに関心のある方（託児はありません）。

◆定員・費用 70人・無料。

◆申込 2月27日(月)～3月9日(金)の午前9時～午後5時（土・日を除く）に電話で（ファクス不可）。先着順。

【留守家庭のお子さんのために】

留守家庭のお子さんのために児童クラブなどを開設しています。詳しくは全市版25ページをご覧ください。

◆児童クラブ開設の児童会館

児童会館名	所在地	電話番号
緑	丘 南10西23	562-1283
桑	園 北7西15	641-7008
中	島 中島公園1-1	511-3397
山	鼻 南24西13	561-6220
円	山 北1西23	621-0325
幌	西 南14西16	563-2263
円山	山西町8	611-1980
山鼻	かしわ 南15西8	533-0622
資生館	小ミニ 南3西7	208-5828
中央	小ミニ 大通東6	788-8641
三角山	小ミニ 宮の森4-11	299-6008
伏見	小ミニ 南18西15	206-8688
※幌南	小ミニ 南21西5	4月開設予定
※日新	小ミニ 北8西25	4月開設予定

※幌南小・日新小ミニ児童会館の入会方法については、お問い合わせください。

◆民間児童育成会

児童育成会名	所在地	電話番号
じゃりんこひろば(児)	北8西24	622-3010
山鼻おれんじ(児)	南21西8	512-2383
(共) ミッキークラブ	南7西17	562-3516
どんぐり(児)	宮の森2-13	644-9683
(共) めだか	南11西23	563-8446
(共) がんばりっ子クラブ	北1西26	643-8281
(共) NPO法人トッポクラブ	南12西17	551-2715
学童保育所コアラクラブ	大通西12	261-6610
(共) かがやき	北6西19	631-4843

※(共)は共同学童保育所、(児)は児童育成会の略。

※中央区以外の施設所在地はお問い合わせください。

（詳細） 子ども未来局子ども企画課
☎211-2982

冬道では特に、時間と心にゆとりを持ち、控えめな速度と早めのブレーキで安全運転を！