

夏休み期間中は、子どもたちが外で遊ぶ機会が多くなります。子どもたちを交通事故から守りましょう。

# 子育て掲示板

～子育てに役立つ情報を提供するコーナーです～

## 【子育てボランティア講習会受講者募集】

「ちょこっと子育ておたすけ隊」として子育て家庭を応援するボランティア活動を始めてみませんか？

◆**内容** 子育て家庭の現状や子育て支援の必要性、親子との関わり方などの講話、あそびの実技、子育てサロン体験など。

◆**日時** 9月3日(火)、6日(金)。2日間の講習です。両日とも10時～12時。

◆**会場** 中央保健センター2階講堂（南3西11）。

◆**対象** 子どもが好きな方、ボランティア活動に関心のある方。

◆**定員・費用** 15人・無料。

◆**申込** 8月12日(月)9時から電話で（ファクス不可）。先着順。

（申込・詳細）健康・子ども課子育て支援係  
☎511-6399

## 【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** 9月6日(金)18時30分～20時30分（受け付けは18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11月～平成26年1月に出産予定の初妊婦およびその夫。

◆**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** 8月12日(月)9時から電話で（ファクス不可）。先着順。

（申込・詳細）健康・子ども課健やか推進係  
☎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ぶ簡単料理教室です。

◆**日時** 9月5日(木)10時～13時（受け付けは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** 区内在住で初めてのお子さんを迎える妊娠5～7カ月の妊婦の方。

◆**定員・費用** 25人・無料。

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

◆**申込** 8月12日(月)9時から電話で（ファクス不可）。先着順。

（申込・詳細）健康・子ども課健やか推進係  
☎511-7221



▶ みんなで楽しい時間を♪  
(エンジョイマタニティクッキング)



◀ やさしく洗ってね♪  
(両親教室)