

# 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～

## 【子育て講座受講者募集】

- ◆内容 「ママのための誕生学」  
～生まれてきてくれてありがとう～
- ◆日時 6月17日(火)10時～11時30分。
- ◆会場 中央保健センター2階(南3西11)。
- ◆対象 区内在住で0歳～就学前のお子さんを育てている保護者(受講中は、お子さんをお預かりします)。
- ◆定員・費用 20人・無料。
- ◆申込 5月22日(木)9時から電話で(ファクス不可)。先着順。

<今年度の予定>

内容	日程
「ママのための誕生学」 ～生まれてきてくれてありがとう～	6月17日(火) 上記をご覧ください
「イヤイヤ期に備えよう！」	8月27日(水) 広報7月号掲載予定
「赤ちゃん・子どもを事故から守るために」	10月31日(金) 広報10月号掲載予定
「イヤイヤ期に備えよう！」	12月11日(木) 広報11月号掲載予定

※講座の開催時間はいずれも10時～11時30分です。  
※多くの方に参加していただくため年1回の受講をお願いします。

◆申込・詳細 健康・子ども課子育て支援係  
☎511-6399



## 【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 6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 24人・無料。
- ◆持ち物 母子健康手帳、エプロン、三角巾、スリッパ、筆記用具、手拭き用タオル。
- ◆申込 5月15日(木)～6月3日(火)に電話で(ファクス不可)。先着順。
- ◆申込・詳細 市コールセンター  
☎222-4894(8時～21時)



## 【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 6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8～10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 5月15日(木)から電話で(ファクス不可)。先着順。
- ◆申込・詳細 市コールセンター  
☎222-4894(8時～21時)