

産後～子育て期 ②



【にこサポ 電話】
022-354-1225



はじめましてにこサポ



要予約

前日16:00までに予約

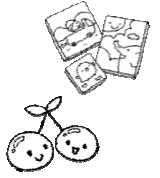


<持ち物>

母子健康手帳、バスタオル、しおがま子育てガイド、
塩竈市子育て応援給付金支給申請書、身分証（運転免許証等）の写し
通帳の表紙裏面の写し

- ◇ 対象：新生児訪問を終了した3か月頃までの赤ちゃんとその保護者全員
- ◇ 内容：親子同士の交流、にこサポ事業・遊び場の紹介、定期予防接種綴り交付・説明、市民図書館えほんデビュー
身体計測・個別相談（希望時）、塩竈市子育て応援給付金支給申請書のお預かり

	R6.2月生	R6.3月生	R6.4月生	R6.5月生	R6.6月生	R6.7月生	R6.8月生	R6.9月生	R6.10月生	R6.11月生	R6.12月生	R7.1月生
13:30～15:00		4/24 (水)	5/30 (木)	6/27 (木)	7/25 (木)	8/29 (木)	9/26 (木)	10/30 (水)	11/28 (木)	12/26 (木)	1/28 (火)	2/26 (水)
10:00～11:30	4/9 (火)	5/1 (水)	6/4 (火)	7/2 (火)	8/6 (火)	9/4 (水)	10/8 (火)	11/5 (火)	12/9 (月)	1/7 (火)	2/4 (火)	3/3 (月)



にこサポ赤ちゃんサロン



要予約

前日16:00までに予約



<持ち物>

母子健康手帳、オムツ、バスタオル
しおがま子育てガイド、ミルク（必要な方）

○ベビーマッサージ編

対象：生後6か月までの赤ちゃん＆パパ・ママ
内容：ベビーマッサージ・身体計測・育児相談



○ママのヨガ編

対象：生後6か月までの赤ちゃん＆ママ
内容：ストレッチを中心としたヨガ・身体計測・育児相談

※ 会終了後の情報交換等お楽しみタイムもあります。ぜひご参加ください♪

時間) 10:00～11:30	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
ベビーマッサージ編	5 (金)	2 (木)	6 (木)	4 (木)	2 (金)	27 (金)	3 (木)	21 (木)	5 (木)	23 (木)	21 (金)	6 (木)
ママのヨガ編	24 (水)	22 (水)	26 (水)	31 (水)	28 (水)	26 (木)	23 (水)	27 (水)	26 (木)	29 (水)	26 (水)	19 (水)



ごっくん離乳食クラス もぐもぐ離乳食クラス



要予約

1週間前までに予約



<持ち物>

母子健康手帳、バスタオル、
しおがま子育てガイド、おでかけセット

○ごっくん離乳食クラス 毎月1回

対象：生後5～6か月の赤ちゃん（第1子）と保護者（全員対象）
内容：調理体験、個別相談、試食 など

○もぐもぐ離乳食：隔月1回

対象：生後7～8か月の赤ちゃんと保護者
内容：調理体験、個別相談、試食 など

時間) 10:00～12:00	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
ごっくん離乳食クラス	26 (金)	30 (木)	27 (木)	25 (木)	29 (木)	10 (火)	30 (水)	28 (木)	10 (火)	28 (火)	19 (水)	27 (木)
もぐもぐ離乳食クラス		14 (火)		9 (火)		3 (火)		12 (火)		22 (水)		4 (火)



産後ケア事業 ～訪問やデイサービス等で育児のサポート～



要予約

産後のママは、出産や育児の疲れから心身の不調が出たり、赤ちゃんとの生活に心配や不安が多いものです。日々の育児を行う上での不安や悩みを少しでも解消し、安心して育児ができるための支援の一つとして「産後ケア事業」を行っています。

◇対象：出産後1年未満のママと赤ちゃん

◇内容：産後のママの心身のケア、授乳・育児へのアドバイス、沐浴等の育児のサポート など

◇メニュー：

①アウトリーチ型（訪問）	②デイサービス型（にこサポ）
③デイサービス型（産後ケア事業所）	④宿泊型（産後ケア事業所）



ホームページ



ママのお困りごとに合わせてメニューがあります。利用方法等、詳しくはホームページをご確認ください。



1歳児ぴよぴよ相談会



全員参加

<持ち物>

母子健康手帳、バスタオル、
しおがま子育てガイド、おでかけセット

◇対象：生後11か月のお子さんとその保護者 ※対象月の前月に個別通知

◇内容：歯のお話・幼児食のお話・身体計測・親子同士の交流・個別相談

◇会場：壱番館5階和室、にこサポ（受付は壱番館5階和室です）

◇受付：①9:20～9:30 ②10:20～10:30 ③13:20～13:30 1時間～1時間半程度かかります

8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
30 (金)	20 (金)	25 (金)	22 (金)	13 (金)	24 (金)	7 (金)	14 (金)
R5.9月生	R5.10月生	R5.11月生	R5.12月生	R6.1月生	R6.2月生	R6.3月生	R6.4月生

※7か月児健康相談は、R5年度で終了しました。

