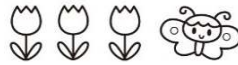


妊 娠 期



【にこサポ 電話】

0 2 2 - 3 5 4 - 1 2 2 5



母子健康手帳交付

要予約

2日前までに予約



- ◇ 受付時間 : 13:00~13:15
- ◇ 場 所 : こども家庭センター にこサポ
- ◇ 内 容 : 母子健康手帳の使い方説明、栄養の話、個別面談
出産応援給付金のご案内と申請(※)
- ◇ 持 ち 物 : 妊娠届、マイナンバーカード
※出産応援給付金の手続きとして、

パパになる方、
ご家族も一緒に
どうぞ!

妊婦さんの通帳の表紙裏面の写し、身分証(運転免許証等)の写しが必要です。

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
10(水)	8(水)	3(月)	1(月)	7(水)	2(月)	1(火)	6(水)	2(月)	8(水)	5(水)	5(水)
15(月)	13(月)	12(水)	8(月)	20(火)	11(水)	9(水)	11(月)	11(水)	14(火)	10(月)	11(火)
23(火)	23(木)	18(火)	24(水)	26(月)	17(火)	21(月)	20(水)	24(火)	20(月)	17(月)	24(月)



助産師Happy相談

- ◇ 対 象 : 産前産後(1年未満)のママ等
- ◇ 内 容・方 法 : 赤ちゃんやママの心身のこと等、電話・来所・訪問等で伺います
- ◇ 日 時 : 母子健康手帳交付日の
10:00~12:00
※上記の時間以外でも対応可能です



パパ&ママクラス ファミリークラス

要予約

前日16:00までに予約



出産を控え、妊娠生活や産後に赤ちゃんとの生活を安心して過ごせるように、今から準備しませんか?
お気軽にご参加ください♪ちょっとした育児用品(グッズ)の体験もできますよ♪

★ パパ&ママクラス

- ◇ 対 象 : 出産を控えるパパ&ママ
(ママお1人の参加も大歓迎♪)
- ◇ 内 容 : 赤ちゃんのお世話レッスン
(お風呂・お着替え・情報交換 等)
パパの妊婦疑似体験・個別相談(希望者)
平日は、先輩パパ&ママとの交流や
赤ちゃん抱っこ体験ができるかも!
- ◇ 持 ち 物 : 母子健康手帳、しおがま子育てガイド

★ ファミリークラス

- ◇ 対 象 : 妊娠期中期以降のパパ&ママ
(ママお1人の参加やご家族の参加も大歓迎♪)
- ◇ 内 容 : 授乳方法・抱っこの仕方
情報交換・産前産後のサービスやサポートの確認
個別相談(希望者)
- ◇ 持 ち 物 : 母子健康手帳、しおがま子育てガイド
お持ちの方は、おくるみ・授乳クッション

自宅でのお風呂の入れ方をイメージしながら、必要な育児用品を確認できます!



より具体的な育児を学び、出産に備え必要な手続きやサービスを確認♪ あなたの育児を応援してくれるサポートチームを作りましょう!



		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
パパ&ママクラス	10:00~12:00	20 (土)	21 (火)	22 (土)	23 (火)	24 (土)	24 (火)	19 (土)	19 (火)	21 (土)	21 (火)	15 (土)	18 (火)
ファミリークラス	10:00~12:00		18 (土)		20 (土)		28 (土)		16 (土)		18 (土)		15 (土)
	13:30~15:30	30 (火)		17 (月)		6 (火)		29 (火)		10 (火)		18 (火)	

産後~子育て期 ①



新生児訪問

赤ちゃんが生まれた全てのご家庭に、生後1か月頃、助産師や保健師がご自宅に訪問します。

◇ 内容

- ① 赤ちゃんの体重計測・全身状態の確認
- ② ママの不安や困りごとの相談
- ③ 予防接種や乳児健康診査のご案内
- ④ 子育て応援給付金等のご案内

◇ 時間

1時間半程度

◇ 予約

担当者から
お電話します