ママと赤ちゃんのための

令和７年度☆☆
育児教室・相談のお知らせ

産後おしゃべりサロン

助産師のミニ講話に加え、赤ちゃん体操やママのストレッチを実施します。赤ちゃんやママ同士の交流の場です。希望者には育児相談もあります。

4/24（木）・5/22（木）・6/26（木）・7/22（火）・8/21（木）・9/25（木）・10/16（木）・11/25（火）・12/25（木）・1/22（木）・2/24（火）3/26（木）
時間 13:30～14:30

場所：ハートフルセンター 2階 すこやかルーム
持ち物：母子健康手帳・その他赤ちゃんに必要なもの
対象：生後1～6か月までの赤ちゃんとお母さん

離乳食前期教室

離乳食の前期（生後5～6か月の内容）の進め方について、栄養士講話に加え、調理過程の映像を見ながら学びます。

5/23（金）・8/29（金）・11/14（金）・2/6（金）
時間 10:30～11:30

場所：ハートフルセンター 2階 すこやかルーム
持ち物：母子健康手帳・その他赤ちゃんに必要なもの

離乳食後期教室

離乳食の後期（生後9～10か月の内容）の進め方について、栄養士講話に加え、実際の形態を見ながら学びます。

5/23（金）・8/29（金）・11/14（金）・2/6（金）
時間 13:30～14:30

場所：ハートフルセンター 2階 すこやかルーム
持ち物：母子健康手帳・その他赤ちゃんに必要なもの

育児相談

発育や発達、離乳食のことなど育児全般の相談に保健師や発達支援相談員等が個別で対応します。

4/17（木）・5/16（金）・6/13（金）・7/11（金）・8/8（金）・9/26（金）・10/24（金）・11/21（金）・12/19（金）・1/23（金）・2/27（金）・3/19（木）
時間 13:30～15:30

場所：ハートフルセンター 2階 すこやかルーム
持ち物：母子健康手帳

《予約不要》当日直接会場へお越しください

助産師個別授乳相談

主に授乳やママの身体についての相談に助産師が個別で対応します。

4/8（火）・21（月）　5/9（金）・19（月）
6/5（木）・16（月）　7/8（火）・29（火）
8/19（火）・26（火）　9/11（木）・30（火）
10/14（火）・28（火）　11/13（木）・20（木）
12/9（火）・22（月）　1/13（火）・27（火）
2/3（火）・17（火）　3/9（月）・24（火）
時間 13:30～15:00

場所：ハートフルセンター 2階 すこやかルーム
持ち物：母子健康手帳

よちよちサロン

発達支援相談員のミニ講和に加え、ハイハイ～独り歩きをする頃の赤ちゃんとママのふれあい遊びを実施します。

5/30（金）・8/22（金）・11/4（火）・2/20（金）
時間 13:30～14:30

場所：ハートフルセンター 2階 すこやかルーム
持ち物：母子健康手帳・その他赤ちゃんに必要なもの
対象：生後７か月～1歳までの赤ちゃんとお母さん

問合せ・申込み
寒河江市子育て推進課　すくすく健康係
（ハートフルセンター内）
電話：８５－０９１６（直通）

教室・講座参加ご希望の方は左記に3日前まで申込みください。

※状況により教室の内容変更・中止の可能性がありますのでご了承ください。