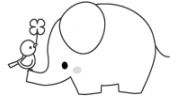




Hello Baby!

# 赤ちゃん会ぷらす



1歳6か月までのお子さんが利用できる「赤ちゃん会+（ぷらす）」に遊びにきませんか？  
「身体計測」「各種個別相談」と、イベントを企画しています。ぜひ遊びに来てくださいね♪

対象：1歳6か月までのお子さんと保護者（家族）

場所：太子町立保健センター 2階 すこやかホール

日時：第1・3・5水曜日（祝日はお休み）

HPはこちら



- ホールでの自由遊び： 9時30分～11時30分
- 相談・計測受付： 9時30分～10時30分
- 計測・個別相談： 9時30分～11時30分

（母乳相談、離乳食相談、育児相談など）

4/10・6/12・8/7・9/18・10/9・12/11

R7 1/15・2/12 は歯科相談も可能です。

- イベント開始： 10時30分～

持参品：バスタオル（計測希望の方）、母子健康手帳、お出かけグッズ 等



インターネットからの予約



メールでの予約

### 要予約

離乳食講習会・簡単おやつ作りのみ予約が必要です。

電話、インターネット、メールのいずれかの方法でご予約ください。



## 赤ちゃん会 カレンダー

4月	3日(♥)	17日(◎)		10月	2日(♥)	16日(♪)	30日(★)
5月	1日(🍴)	15日(🦷)	29日(♪)	11月	6日(♥)	20日(🍴)	
6月	5日(♥)	19日(🍴)		12月	4日(♪)	18日(◆)	
7月	3日(♥)	17日(◆)	31日(★)	1月		15日(🦷)	29日(◎)
8月	7日(🍴)	21日※		2月	5日(♥)	19日(🍴)	
9月	4日(♥)	18日(◎)		3月	5日(♥)	19日(★)	

【イベントについて】※ノーイベント

♥助産師 ★保健師 📖図書館司書 ◎保育士 🍴管理栄養士 🦷歯科衛生士 ♪外部講師  
イベントの内容など、詳細は裏面を見てね♪



【申し込み・問い合わせ先】

太子町立保健センター（健康福祉部 いきいき健康課）

☎0721-98-5520

✉hokensenta@town.taishi.osaka.jp

# イベント案内

## 助産師さんと話そう！

下記のテーマでイベント・お話を予定しています♪

- ★ベビーマッサージ：4月3日 / 10月2日
- ★産後ママの体調管理と骨盤ケア：6月5日 / 11月6日
- ★ファミリープラン：7月3日 / 2月5日
- ★災害時の備え：9月4日 / 3月5日

## リフレッシュヨガ

日々の疲れ、肩こり、腰痛、イライラなどを  
ヨガで緩和して心も身体もリフレッシュしましょう♪  
呼吸法やリラックス方法を学びながら、  
のびのびとヨガを楽しみましょう。

5月29日 / 10月16日

## 親子ふれあい遊び

保育士さんが、赤ちゃんが大好きな歌や、  
手作りおもちゃを紹介！  
ふれあい遊びを一緒に楽しみましょう。



4月17日 / 9月18日 / 1月29日

## 赤ちゃん絵本

絵本を通じて赤ちゃんやゆっくりふれあい、  
心安らぐひとときを過ごしませんか？  
絵本の読み聞かせ方や選び方のポイントも  
教えてもらえます♪

7月17日 / 12月18日

要予約

## 栄養士さんの離乳食講座（託児付き）



離乳食ってどう作るの？どんなものが食べられるの？  
どう進めたらいい？  
そんな疑問を解決します！  
実演もありますよ♪

5月1日 / 8月7日 / 11月20日 / 2月19日

## 赤ちゃんの事故予防について

各時期に起こりやすい事故について  
保健師からお話しします。  
これを聞いておけば、  
いざというときも安心！

7月31日 / 3月19日

要予約

## 簡単おやつ作り（託児付き）



こどものおやつは「補食」といって、  
丈夫な体をつくる大切な要素です♪  
おうちで準備できる食材で簡単にできる、  
手作りおやつを伝授します！

6月19日

## 赤ちゃんのスキンケア

カサカサしてかゆそう…どうやってケアしたらいい？  
赤ちゃんも大人も家族みんなまで  
目指せすべすべ素肌☆

10月30日

## 0歳から始める虫歯予防



歯磨きはいつから？指吸いは歯に影響があるの？  
仕上げ磨きのコツも  
歯科衛生士さんに教えてもらえますよ♪

5月15日 / 1月15日

また、下記日程では歯科衛生士による個別相談も  
できます＜要予約＞

4月10日 / 6月12日 / 8月7日 /  
9月18日 / 10月9日 / 12月11日 /  
1月15日 / 2月12日

## 赤ちゃんの発達を知ろう！

講師：くるみ保育園 山田園長

赤ちゃんの成長発達について学びます！  
発達を促す遊び方や関わり方の  
ポイントを知ろう♪

12月4日

## ★番外編★

### こころほぐしの会

臨床心理士さんによる個別相談です。  
産後うつ、育児不安、家庭内ストレスなど  
メンタル不調の解決をお手伝いします。

奇数月の第4水曜日＜要予約＞

