

# 晴れ曜日 8月・9月号

中部地域子ども家庭にゅ〜す



中部すこやか福祉センター  
中野中央3丁目19番1号  
電話 03(3367)7788(代)  
FAX 03(3367)7789

〈バスでお越しの方〉  
堀越学園下車 徒歩5分  
\* 渋64 中野駅南口⇔渋谷駅  
\* 宿05 野方駅⇔新宿駅西口

【開設時間】月～金 8:30～19:00 土 8:30～17:00 日、祝日、年末年始はお休み

講座・講習会	実施日時	対象及び定員	申込み期間・方法
離乳食講習会 後期コース(9～12か月)	8月23日(水) 13:30～15:30	先着30組	1か月前から3日前まで 電話、窓口、電子申請 (下の二次元コードを読み取り、電子申請 することができます)
離乳食講習会 初期・中期コース(5～8か月)	9月6日(水) 13:30～15:30	先着30組 *乳児健診をお受けに なつてからの受講をおすすめします。	 
妊婦さんの歯っぴいお食事講座 内容:妊娠中～産後の食事ポイント、口腔ケア調理 実習、試食等。食事調査入力 (結果は9月21日14:00返却予定)	9月14日(木) 13:30～15:30 ※13:00～骨量測定実施	初めて出産を迎える区民の方 先着15名 持ち物:歯ブラシ、エプロン、 三角巾、筆記用具	
歯のはえはじめ教室ピギナーズ 6か月児から11か月児の乳児親子 歯みがき 習慣の準備、保護者のむし歯菌チェック、握力など。	9月7日(木) 10:00～、11:00～ 2回制	先着各回15組 全30組 持ち物:赤ちゃん用品、 保護者の歯ブラシ	8月21日(月)9:00～9月4日まで 電話、窓口、電子申請

## おおきな〜れ!



身体測定の日  
**8月7日(月)**  
10:30～11:30  
**9月12日(火)**  
14:00～15:00  
24か月までのお子さん  
がご利用いただけます。  
場所: 集団指導室(2階)

## 〜目からウロコの食育・幼児食体験〜

8月4日(金) 9:00～12:00  
9月8日(金) 14:00～16:30  
離乳食卒業後の幼児食づくりのポイント  
や簡単なアレンジ方法を実演します。  
\*骨量測定も行います  
実演: 9:15、10:15、14:00、15:00  
申込み: 自由参加、申し込みはいりません。  
会場: 2階栄養室

## 歯科相談

9月11日(月)午後、予約制です。  
お口や歯、入れ歯のお手入れ、お口に関する  
相談ができます。  
お子さん連れでもご利用いただけます。

## 子育てひろば



月曜日～金曜日 10:00～17:00  
土曜日 11:00～16:00

## 離乳食相談会

8月8日(火)・9月19日(火)  
13:30～14:30

対象: 乳幼児親子  
子育てひろば「どんぐり」で、栄養  
士に離乳食の進め方や調理法など気  
軽に相談できます。  
申込みはいりません。直接どんぐり  
へお越しください。

## 親子でバルーン作り!

9月4日(月) 14:00～15:00  
風船のお花や動物を作ります。  
直接、集団指導室へお越しくださ  
い。

## みんなの紙芝居

8月14日・9月11日(月)  
11:00～11:30  
本間裕子さん、小林京子さんと  
楽しくすごしましょう。  
直接、子育てひろば「どんぐり」  
へお越しください。

# 巡回育児相談

実施場所	日時	問い合わせ
ふみぞのじどうかん 文園児童館	8月9日・9月13日(水) 10:30~12:00	3367-8106
さくら館 <small>しろやま</small> (城山ふれあいの家)	8月24日・9月28日(木) 11:00~12:00	3363-0388
ユイチハチ U18プラザ中央	9月11日(月) 10:45~11:45	5385-0720
かみたかだじどうかん 上高田児童館	9月6日(水) 11:00~12:00	3388-6148
ユイチハチ U18プラザ上高田	8月23日・9月27日(水) 10:30~11:30	3388-6148
乳幼児親子の交流ひろば (会場：産業振興センター)	・わたげふわふわ 8月7日・9月4日(月) 13:30~14:30 ・ドロップインほっとほっと 8月23日・9月20日(水) 13:30~15:00	中部すこやか 福祉センター
桃園キッズひろば	8月17日・9月21日(木) 10:30~12:00	3367-7788
ぴよぴよひろば	8月1日(火)・9月5日(火)・9月21日(木) 14:00~15:00	
ベビママさろん	8月8日・9月12日・9月19日(火) 12:30~13:30	
桃が丘さゆり保育園	8月22日・9月26日(火) 10:30~12:00	5342-9543

- ◇桃園キッズひろば：桃園会館(中野 3-35-1)にあります。
- ◇ぴよぴよひろば：東部区民活動センター(中央 2-18-21)にあります。
- ◇ベビママさろん：東中野キングスガーデン(東中野 4-2-16)にあります。

## いっしょにあ・そ・ほ!

日時：9月11日(月)  
14:00~14:30

仲町保育園の先生とみんなで一緒に歌ったり、体操しましょう。保育園の様子も聞けます。

\*子育てひろば「どんぐり」へお越しください。

## 赤ちゃんの一時預かりと ママの交流・おしゃべりタイム

**ベテランのスタッフがお子さんをお預かりします。**

日時：8月22日・9月26日(火)  
13:30~16:30 (16:00~お母さんの交流タイム)

対象：1~6か月の赤ちゃんとお母さん

申込み：前月の25日~当月の5日頃まで  
中部すこやか福祉センターへ

<主催：にこにこママの会  
後援：中部すこやか福祉センター>



## 親子の絆づくりプログラム 「赤ちゃんがきた! (BPプログラム)」



日時：8月29日(火)、9月5日(火) 4回連続講座  
9月12日(火)、9月19日(火) 各回 13:30~15:30

対象：2~5か月の赤ちゃんを育てている育児が初めてのお母さん。

会場：U18 プラザ中央(中野区中央 3-41-12)

参加費：無料 テキスト代 864円

申込み、詳細については、中部すこやか福祉センターへお問い合わせください。

## ほっこり~の(中部)



4か月以下の赤ちゃんとお母さん、助産師や他のお母さんと、子育てや日々の思いをお話しましょう。

《会場・日時》

- ・東中野キングスガーデン：8月3日(木) 13:30~15:15
- ・U18 プラザ上高田：9月11日(月) 13:30~15:15
- ・中部すこやか福祉センター：9月13日(水) 10:00~11:45

対象：当日の月齢が4か月以下の赤ちゃんとお母さん、初めて参加の方が優先。

申し込み・問い合わせ先：各実施日の2週間前から前日まで。  
詳細は中部すこやか福祉センターへお問い合わせください。

## 産後ケア事業

日時：8月25日(金)、9月22日(金) 10時~15時

対象：6か月以内の赤ちゃんを育てているお母さん。  
『産後ケア事業利用カード』をお持ちの方。

会場：中部すこやか福祉センター

参加費：無料(個別相談 ~1,000円/日)

申込み：実施日の2週間前~

その他助産院やクリニック等でも実施しています。  
詳細は中部すこやか福祉センターへお問い合わせください