

# 令和6年度 勝浦市母子保健カレンダー

## ♪パパママ学級♪

対象：妊婦さんとその家族

内容：妊娠期の過ごし方や赤ちゃんを迎える準備などについてのお話や沐浴体験などを行います。



## ♪産後ケア事業♪

対象：産後1年までのお母さんと赤ちゃん

内容：医療機関において訪問型やデイサービス（日帰り）型で、助産師等による乳房のケアや授乳指導、育児相談、赤ちゃんの健康状態の確認等のサービスを受けることができます。市が発行する利用券と予約、費用の一部負担が必要になります。

## ♪♪ガスケアアプローチ（骨盤ケア）教室♪♪

会場：勝浦市芸術文化交流センター（キュステ） 他

内容：月1回、産後骨盤ケアチームの指導で、セルフケアの向上や心身のリフレッシュ！

対象：産後2か月以降、9か月程度までのお母さん ※日程は別途定期的にご案内いたします。（定員8名 予約制）

## ♪♪離乳食教室（集団）♪♪

会場：勝浦市芸術文化交流センター（キュステ） 内容：離乳食に関する講義および実習

| 開催日時        | 10:00～12:00                                    | 13:30～15:30                                         |
|-------------|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| 4月18日（木）    | 「後期力ミカミ」<br>10～11か月程度のお子さまと保護者の方<br>（定員3名 予約制） | 「前期ゴックン」<br>離乳食をこれから始める<br>お子さまと保護者の方<br>（定員5名 予約制） |
| 6月27日（木）    |                                                |                                                     |
| 8月29日（木）    |                                                |                                                     |
| 10月24日（木）   |                                                |                                                     |
| 12月 5日（木）   |                                                |                                                     |
| R7年1月30日（木） |                                                |                                                     |

個別での離乳食教室も行っています。また、ご家庭にうかがうこともできますので、お問い合わせください。



## ♪♪親子ひろば・お誕生教室♪♪

会場：勝浦市芸術文化交流センター（キュステ）

内容：身体計測、保健指導、栄養指導、歯みがき指導、助産師相談 ※対象の方には個別に通知します。

| 受付日時        | 9:30～11:00 |            | 13:30～15:00    |
|-------------|------------|------------|----------------|
|             | 3～4か月児     | 6～7か月児     | 1歳児            |
| 4月11日（木）    | 令和5年12月生まれ | 令和5年 9月生まれ | 令和5年3月～4月生まれ   |
| 5月 9日（木）    | 令和6年 1月生まれ | 令和5年10月生まれ |                |
| 6月13日（木）    | 令和6年 2月生まれ | 令和5年11月生まれ | 令和5年5月～6月生まれ   |
| 7月 4日（木）    | 令和6年 3月生まれ | 令和5年12月生まれ |                |
| 8月 8日（木）    | 令和6年 4月生まれ | 令和6年 1月生まれ | 令和5年7月～8月生まれ   |
| 9月 5日（木）    | 令和6年 5月生まれ | 令和6年 2月生まれ |                |
| 10月17日（木）   | 令和6年 6月生まれ | 令和6年 3月生まれ | 令和5年9月～10月生まれ  |
| 11月14日（木）   | 令和6年 7月生まれ | 令和6年 4月生まれ |                |
| 12月12日（木）   | 令和6年 8月生まれ | 令和6年 5月生まれ | 令和5年11月～12月生まれ |
| R7年1月16日（木） | 令和6年 9月生まれ | 令和6年 6月生まれ |                |
| 2月13日（木）    | 令和6年10月生まれ | 令和6年 7月生まれ | 令和6年1月～2月生まれ   |
| 3月13日（木）    | 令和6年11月生まれ | 令和6年 8月生まれ |                |

※天候などにより、一部事業が変更や中止になることがあります。あらかじめご了承ください。

## ♪♪1歳6ヶ月児・3歳児健診♪♪

会場：勝浦市芸術文化交流センター（キュステ）

内容：身体計測、診察・歯科診察・歯みがき指導・保健指導・栄養相談・発達相談 ※対象の方には個別に通知します。



|             | 1歳6ヶ月児            | 3歳児               |
|-------------|-------------------|-------------------|
| 5月24日（金）    | 令和4年 10月～11月生まれ   | 令和2年 10月～11月生まれ   |
| 7月 5日（金）    | 令和4年12月～令和5年1月生まれ | 令和2年12月～令和3年1月生まれ |
| 9月 6日（金）    | 令和5年 2月～3月生まれ     | 令和3年 2月～3月生まれ     |
| 11月15日（金）   | 令和5年 4月～5月生まれ     | 令和3年 4月～5月生まれ     |
| R7年1月17日（金） | 令和5年 6月～7月生まれ     | 令和3年 6月～7月生まれ     |
| 3月14日（金）    | 令和5年 8月～9月生まれ     | 令和3年 8月～9月生まれ     |

## ♪♪子どもフッ化物塗布事業♪♪

対象：2歳から3歳になるまでの期間

内容：市内の委託歯科医院にて、2回までのフッ化物歯面塗布を無料で受けることができます。対象の方には、2歳になる月に受診券を送付します。

## ♪♪すくすく教室♪♪

対象：2歳5ヶ月～7ヶ月 会場：勝浦市芸術文化交流センター（キュステ）

内容：身体計測、保健指導、栄養指導、歯みがき指導、言語聴覚士によることばの相談

※対象の方には個別に通知します。

| 受付日時        | 13:30～15:00          |
|-------------|----------------------|
| 5月 9日（木）    | 令和3年10月 ～ 令和3年11月生まれ |
| 7月 4日（木）    | 令和3年12月 ～ 令和4年 1月生まれ |
| 9月 5日（木）    | 令和4年 2月 ～ 令和4年 3月生まれ |
| 11月14日（木）   | 令和4年 4月 ～ 令和4年 5月生まれ |
| R7年1月16日（木） | 令和4年 6月 ～ 令和4年 7月生まれ |
| 3月13日（木）    | 令和4年 8月 ～ 令和4年 9月生まれ |



## ♪♪子育て相談ぐんぐん♪♪

会場：勝浦市立勝浦こども園 子育て支援室 ・ 勝浦市こども館

内容：ことばの発達やゆっくりなお子さま、集団にうまくなじめない、同年齢の子と比べて幼い感じがする…など、お子さまの発達や子育てに不安がある保護者の方を対象に臨床発達心理士、言語聴覚士がご相談に応じます。

※予約が必要なため、事前にご予約ください。日程は個別にご案内いたします。

## 妊娠・出産・子育てに関するご相談は、「ひだまり」（電話：0470-73-5588）へ

または 福祉課 子育て支援係（電話：0470-73-6618）

ご自身のからだのこと、お子さまの発育・病気・栄養やしつけなど、子育てに悩みはつきものです。悩んだり、困ったりした時は、お気軽にご相談ください。助産師、保健師等がみなさんの育児をサポートいたします。