

# 子育て

## まめまめ通信80 子育て世代包括支援センター「ぽかぽか」に来てみない?②

ぽかぽかは、子育て支援センターや認定こども園、保健センターなどにあり、子どもを遊ばせながら子育てに関する相談ができます。気軽にお越しください。



**ぽかぽか いんのしま**  
(いんのしま子育て支援センター内)



**ぽかぽか むかいしま**  
(向東認定こども園内)



**ぽかぽか みつぎ**  
(御調保健福祉センター内)



**ぽかぽか せとだ**  
(瀬戸田福祉保健センター内)



申問 ぽかぽか ☎0848-36-5003

【尾道地域(向島を含む)】 健康推進課 ☎0848-24-1960 0848-24-1966  
 【因島・瀬戸田地域】 因島総合支所健康推進課 ☎0845-22-0123  
 【御調地域】 御調保健福祉センター ☎0848-76-2235

### 乳幼児健診

健診名	場所	日程
4カ月児健診 (4カ月になる児)	総合福祉センター	2月19日(水)・20日(木)
	瀬戸田福祉保健センター	2月21日(金)
1歳6カ月児健診 (1歳7カ月になる児)	総合福祉センター	3月4日(水)・5日(木)
	御調保健福祉センター	3月5日(木)
	因島総合福祉保健センター	2月20日(木)
	瀬戸田福祉保健センター	2月21日(金)

健診名	場所	日程
3歳児健診 (3歳5カ月になる児)	総合福祉センター	3月11日(水)・12日(木)
	御調保健福祉センター	3月5日(木)
	瀬戸田福祉保健センター	2月21日(金)

※対象者には個別通知します。健診日の1週間前までに通知が届かない場合は、ご連絡ください。なるべく住所地区のセンターで受診してください。年間日程・対象者については市ホームページをご覧ください。

### 相談・講習会

行事名	場所	日程	受付時間	対象	備考
乳児健康相談	総合福祉センター	2月17日(月)	13:20~13:40	0~7カ月の児	☑身体計測、育児・栄養相談 ふれあい遊び、母乳相談(因島・瀬戸田のみ) ☑母子健康手帳 バスタオル、フェイスタオル(母乳相談希望者のみ)
	いんのしま子育て支援センター	2月27日(木)	9:30~10:30	概ね1歳までの児 ※母乳相談は1歳6カ月まで。	
	瀬戸田福祉保健センター	3月5日(木)	9:10~9:30		
離乳食講習会 (要予約)	総合福祉センター	3月9日(月)	9:40~10:00 (11:40まで)	乳児の家族 ※託児あり。 ☑18人程度	☑調理実習・栄養相談、離乳食の進め方 ☑母子健康手帳、筆記用具、エプロン マスク、三角巾、お手拭タオル
	因島総合福祉保健センター	2月26日(水)	13:00~13:20 (15:30まで)	乳児の家族 ※託児あり。 ☑10人	
母乳相談 (要予約)	総合福祉センター	2月18日(火) 25日(火) 3月3日(火) 10日(火)	13:30~	市内在住の妊婦か、出産後概ね1年6カ月までの人 ☑5人 ※相談利用は1人2回まで。	☑母乳や卒乳の相談、2~3人ずつ一緒に授乳アドバイス ☑母子健康手帳、タオル2~3枚 ミルクや哺乳びんなど赤ちゃんに必要なもの
パパ☆ママ準備スクール (要予約)	総合福祉センター	3月8日(日)	9:30~9:45 (12:00まで)	市内在住の妊婦、夫、その家族 ☑30人	☑出産の経過、呼吸法、乳房手入れ、沐浴実習、妊婦体験等 ☑母子健康手帳、筆記用具
プレパパ☆ママのハンドマッサージ講座 (要予約)	総合福祉センター	2月23日(祝)	①13:30~ ②14:30~	妊娠中の夫婦(パートナー) ☑各回5組	☑母子健康手帳、バスタオル1枚、フェイスタオル2枚
母子健康手帳の交付(要予約)			9:00~12:00	母子健康手帳交付対象者	☑妊娠届出書、本人確認できるもの

**おのみち**  
子育て支援センター  
人権文化センター2階  
月~金曜9:00~16:00  
(祝日、年末年始を除く)  
☎0848-37-2409

**タッチケア**  
赤ちゃんに触れながら絆を深めよう  
3月3日(火)10:00~11:30  
☑概ね2~6カ月の子と保護者  
☑15組  
講師 沖村暁美さん  
☎2/25(火)13:30~

**いんのしま**  
子育て支援センター  
芸予文化情報センター3階  
月~金曜9:00~16:00  
(祝日、年末年始を除く)  
☎0845-22-1545

歌って遊んで大きくなあれ  
3月3日(火)10:30~11:00  
☑未就園児と保護者  
※誕生日は手形と写真をプレゼント。

**栄養相談**  
栄養士さんにきてみよう  
3月4日(水)10:00~11:30  
☑未就学児の保護者(毎月実施)  
☑食事(離乳食・授乳含む)の相談や情報交換

**思い出制作**  
手型プレートをつくろう  
3月11日(水)10:00~11:30  
☑概ね2歳~未就園児と保護者  
☑15組  
講師 吉廣朱美さん(助産師)  
☎3/4(水)13:30~

**ベビーヨーガと子育て相談**  
3月6日(金)10:00~11:30  
☑妊婦、歩く前の子と保護者  
☑15組  
講師 吉廣朱美さん(助産師)  
☎2/21(金)~

**みかんちゃん和リトミック**  
3月18日(水)10:30~11:00  
☑未就学児と保護者  
講師 村上清美さん(リトミック  
研究センター認定講師)

**ミュージックケア**  
とんかちうんぱっ  
3月18日(水)10:00~11:30  
☑歩き始め~未就園児と保護者  
講師 児童家庭支援センター  
まごころ職員  
☑15組 ☎3/11(水)13:30~

**向島deあそぼう**  
友達と交流しながら親子であそぼう  
3月19日(木)10:00~11:30  
☑市民センターむかいしま  
☑未就学児と保護者

**ここにタッチケア**  
3月19日(木)10:30~11:00  
☑ハイハイまでの子と保護者  
☑10組  
☑手・足型作り、ハイハイレース  
☎3/5(木)~

**フクローさんの腹話術**  
3月26日(木)10:00~11:00  
☑未就学児と保護者  
☑20組  
講師 佐藤国広さん  
☎3/12(木)~

**生口島**  
子育て支援センター  
「はっぴい」  
旧東生口幼稚園  
月・火・水・金・第3土曜9:00~16:00  
(第3土曜前日の金曜、祝日、年末年始を除く)  
☎0845-28-1345

**リフレッシュ体操**  
わっはっは  
3月2日(月)10:00~11:30  
☑未就学児と保護者  
☑10組程度  
講師 上田里恵さん  
☎2/15(土)~

**東尾道**  
子育て支援センター  
ベイタウン尾道組合会館内  
月~金曜9:00~16:00  
(祝日、年末年始を除く)  
☎0848-47-5585

**心を育むおもちゃの紹介**  
3月2日(月)10:00~11:00  
☑0歳~未就園児の子と保護者  
☑発達に合わせたおもちゃの選  
び方・遊び方 ☑10組  
講師 福岡恵子さん  
☎2/21(金)13:30~

**リトミック**  
リズムに合わせてあそぼう  
3月16日(月)10:00~11:30  
☑未就学児と保護者 ☑10組程度  
講師 宮本孝子さん(認定音楽  
療法士)  
☎2/15(土)~

**井戸端会議「わいわい」**  
3月18日(水)10:00~11:30  
☑未就学児の保護者  
☑5人程度  
コーディネーター 韓 彩路さん  
(臨床心理士)  
☎2/15(土)~

**人生がトキメク★心の整理**  
3月9日(月)10:00~11:00  
☑未就学児と保護者  
☑6組  
講師 山中見友さん  
☎3/2(月)13:30~

**プレママ&ベビー交流会**  
3月16日(月)10:00~12:00  
☑市内在住の妊婦 ☑10人  
講師 吉廣朱美さん(助産師)  
☑バスタオル、タオル、母子健康  
手帳、動きやすい服装  
☎2/25(火)~3/13(金)

**向島**  
子育て支援センター  
「はぐ」  
旧向東支所内  
火・水・金・第3土曜9:00~16:00  
(第3土曜前日の金曜、祝日、年末年始を除く)  
☎0848-45-1305

**親子ふれあい体操**  
3月10日(火)10:00~11:00  
☑未就学児と保護者  
☑10組  
講師 嶋田萌菜さん  
☎2/25(火)~

**みつぎ**  
子育て支援センター  
「みっけ」  
御調文化会館1階  
月・火・水・金曜9:00~16:00  
(祝日、年末年始を除く)  
☎0848-76-0888

**春のみんなのコンサート**  
3月13日(金)10:30~11:30  
☑未就学児と保護者  
☑15組程度  
出演 HEARS、リコーダーグ  
ループ他  
☎2/25(火)~

**わいわい子育てトーク**  
子どもを預かる預けるって?  
ファミサポ登録会  
3月17日(火)10:00~12:00  
☑未就学児の保護者、妊婦  
☑20人程度  
☎2/28(金)~

**ちくちく手縫いで**  
お弁当袋を作ろう!  
3月24日(火)10:00~12:00  
☑未就学児の保護者、妊婦  
☑10人  
講師 阿部恵美さん  
☎3/6(金)~

**親子deアート 大きくなったね**  
3月17日(火)10:00~11:30  
☑未就学児と保護者  
☑子どもの体の形で作品作り  
講師 段上有紀さん(子どもア  
ーティスト)  
☑10組程度 ☎2/25(火)~

**ベビーマッサージ「ハハコ」**  
3月27日(金)10:00~11:30  
☑2カ月~ハイハイ期の子と  
保護者  
☑8組程度  
講師 前有里恵さん(保育士)  
☎3/2(月)~

## ひとり親家庭のための 弁護士巡回相談会と個別相談会

離婚に関する手続きや養育費、親権、財産分与、年金分割など、ひとり親家庭のさまざまな相談に応じます。

☎2月25日(火)13:00~15:15 ☑市民センターむかいしま

☑ひとり親家庭の母、父、寡婦、離婚を考えている人

☑①弁護士による法律相談 ②養育費専門相談員による相談

☑各3人(1人45分間) ※要予約。

☑電話かFAX、HPで

申問 広島県ひとり親家庭等就業・自立支援センター ☎082-227-2377



▲広島県ひとり親家庭等  
福祉連合会HP