

あなたの  妊娠  出産  育児 をサポートするお知らせ

**母子健康手帳交付の休日窓口**  
子ども健康課 ☎8299・1255  
日 8月18日(日) 午前9時～正午  
所 北保健センター

**むし歯予防教室**  
子ども健康課 ☎8299・1255

対生後7カ月～1歳3カ月のお子さん  
と保護者 日 9月4日(水) 午前10  
時～11時30分 所 北保健センター  
定 20組(抽選)

費用無料 持参  
子健康手帳  
申 8月30日(金)  
までに電話でお  
申し込みくださ  
い。



**児童扶養手当申請の休日受付**  
子育て支援課 ☎8299・1270

ひとり親家庭などを対象とした児童  
扶養手当の受け付けを行います。 日  
8月18日(日)・25日(日)の午前8  
時45分～午後5時30分 所 子育て支  
援課 ※月～金曜日は、子育て支援課  
と行政センターで受け付けます。 他

申請の要件について詳しくはお尋ねく  
ださい。

**福祉医療費の受給者証の提示**  
子育て支援課 ☎8299・1270

乳幼児・母子・父子・寡婦(寡婦は入  
院のみ)を対象とした福祉医療費の受  
給者証は対象者ごとに交付していま

す。医療機関の窓口へ提示する際は、  
お取り違えのないようご注意ください  
い。

**ひとり親家庭のための講座**  
子育て支援課 ☎8299・1270

いずれも、定 15人 費用無料 申 市母  
子寡婦福祉会へ電話 ☎828・  
1470 かEメール (mailto:nagasaki-shi-  
bosho@city.nagasaki.jp) で。 他 託児希望のかたは  
申し込み時にお申し出ください。

◆リトミックで親子のふれあい講座  
音楽を通して親子のぎずなを深めま  
しょう。 対ひとり親家庭の親子 日 8  
月18日(日) 午前10  
時30分～正午 所  
江平地区ふれあい  
センター 申(期  
限) 8月16日(金)



◆メイクアップ講座  
対ひとり親家庭の親 日 8月31日  
(土) 午前10時30分～正午 所 市立図  
書館 申(期限) 8月29日(木)

**親子の心の相談**  
子育て支援課 ☎8299・1270

専門の女性医師が応じます。相談無  
料。 日 精神科…8月20日(火) 午後2  
時～4時 / 小  
児科…8月21  
日(水) 午後2時  
～5時 所 子  
育て支援課  
申 事前に電話  
で。



**初めてママのための連続講座**  
子育て支援課 ☎8299・1270

初めて赤ちゃんを育てているお母さん  
のための4回連続講座です。赤ちゃん  
を連れてご参加ください。 対 第1子  
(生後2～5カ月)と母親 内 母親同  
士の交流、生活リズムや赤ちゃんとの  
ふれあいに関する意見交換など 費  
756円 申はがきに開催場所、住  
所、保護者氏名、子どもの名前(ふり  
がな)・生年月日、  
電話番号を書いて、  
長崎市子育て支援課  
(〒850-8685  
桜町2-22)へ。電話  
かファクス ☎8299・  
1275)でも可。



期日	時間	開催場所	定員	締切
9/5～9/26の 毎週木曜日	10:00 ～ 12:00	東公民館	20組	8/28 (水)
9/6～9/27の 毎週金曜日		三重地区 市民センター	20組	8/29 (木)
9/12～10/3の 毎週木曜日	13:30 ～ 15:30	滑石公民館	12組	9/ 4 (水)

講座名	対象	期日	時間	場所	申込期限	その他
両親学級	まもなく赤ちゃんが生まれ る夫婦 15組	8/18(日)	9:30～ 11:30	北保健センター	8/14(水)	妊娠中の生活と栄 養、もく浴実習など
プレママ 教室	第1子を妊娠中で妊娠中 期から後期のかた 10人	8/27(火)	14:00～ 15:30	市役所別館地下1階 機能回復訓練室	8/23(金)	赤ちゃんやお母さんとの 交流、助産師による相談
離乳食教室	4カ月～1歳未満の赤ちゃん の保護者 15人(託児相談可)	9/12(木)	13:00～ 15:00	桜馬場ふれあい センター	9/ 9(月)	参加費400円。エプ ロン、三角さん持参。
卒乳教室	1歳以上のお子さんを母乳で育て ているお母さん 20人(託児なし)	8/19(月)	14:00～ 15:30	北保健センター	8/15(木)	おっぱい卒業の考え 方や卒乳期の食生活
離乳食 & 幼児食教室	9カ月～2歳のお子さんの 保護者 15人(託児相談可)	8/29(木)	13:00～ 15:00	桜馬場ふれあい センター	8/27(火)	参加費400円。エプ ロン、三角さん持参。
ツインズ 教室	双子・三つ子をお持ちのかた、 現在妊娠中のかた	9/ 5(木)	10:00～ 11:30	北保健センター	9/ 4(水)	おやこ遊び、交流 会など

今月の  
講座・教室

- ・申し込みは期限  
までに電話で。
- ・申し込み多数の  
場合は抽選。
- ・当日は母子健康  
手帳を持参。

子ども健康課  
☎829-1255