

あなたの    をサポートするお知らせ
妊娠 出産 育児

母子健康手帳交付の休日窓口
12月15日(日) 午前9時～正午 **所**
北保健センター

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：12月17日(火)午後2時～4時 / 小児科：12月18日(水)午後2時～5時 **所** 子育て支援課 **申** 事前に電話でお申し込みください。



子育て学習・サポートプログラム

子育て支援課 ☎8299・1270
あなたにあった子育て方法を学ぶ合う講座。 **対** 1歳から就学前までの子どもの保護者 ※参加経験者を除く。 **所・期**
① 北公民館：1月14日(火)～3月4日(火)の毎週火曜日 ※2月11日(祝)の分は、2月10日(月)に。② アマランス：1月23日(木)～3月13日(木)の毎週木曜日 ※全8回 **時** 午前10時～正午 **定** 各14人 **費** 500円 **申** はがきに住所、氏名、希望



望の場所、電話番号、託児の有無と人数を書いて、長崎市子育て支援課 (〒850-08685 桜町2-22) へ。 **フ**アックス (FAX 8299・1275) でも可 **申** (期限) 12月20日(金)

親子ふれあいクッキング

子育て支援課 ☎8299・1270
対 ひとり親家庭で、小学生以下の子どもとその保護者 **日** 12月15日(日) 午前10時～午後1時 **所** 市民会館 **内** クリスマス向けのクッキング **定** 10組 **費** 1組500円 **申** 市母子寡婦福祉会へ電話 ☎8288・1470 かメール (info@nagasaki-hosikai.jp) へ。 **申** (期限) 12月13日(金)



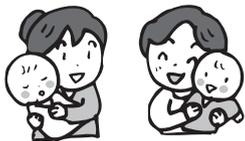
来年度の保育所入所の受け付け開始

子育て支援課 ☎8299・1142
対 保護者などが仕事や病気、介護などの理由で、居間に家庭で保育することができない世帯の就学前のお子さん **申** 幼児課、行政センター、支所、保育所にある申込書を幼児課か行政センターへ。 **申** (期間) 1月6日(月)～31日(金) **他** すでに申し込みをしている場合：4月入所まで現在の申込書は有効です。また、申し込み内容に変更がある場合は、お知らせください。

／すでに入所中の場合：保育所で継続入所の手続きを行います。／**年度途中の入所を希望する場合**：毎月入所の受け付けを行っていますので、入所希望月の前月15日までにお申し込みください。

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回連続の講座。赤ちゃんといっしょにご参加ください。 **対** 第1子(生後2～5カ月)と母親 **内** 母親同士の交流、生活リズムや親子のふれあいについての意見交換など **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 (〒850-08685 桜町2-22) へ。電話かファックス (FAX 8299・1275) でも申込できます。



期日	場所	定員	締切
1/15～2/5 (毎週水曜日)	東公民館	20組	1/7(火)
1/20～2/10 (毎週月曜日)	北公民館	15組	1/10(金)
1/21～2/12 (毎週火曜日、最終日のみ水曜日)	戸町地区ふれあいセンター	10組	1/10(金)

いずれも時間は午前10時～正午

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。

こども健康課 ☎829-1255

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 ※妊娠 35週まで	12/15(日)	9:30～11:30	北保健センター	12/11(水)	妊娠中の生活と栄養、妊婦体験など
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	12/24(火)	14:00～15:30	市役所別館 地下1階 機能回復訓練室	12/20(金)	赤ちゃんやお母さんとの交流、助産師による相談
むし歯予防教室	生後7カ月～1歳3カ月の赤ちゃん と 保護者 20組	1/ 8(水)	10:00～11:30	北保健センター	12/27(金)	むし歯予防のお話と、お手入れの仕方
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)	12/16(月)	14:00～15:30	北保健センター	12/12(木)	おっぱい卒業の考え方や卒乳期の食生活