

中央区 特色ある区づくり事業  
 みんなでつながる  
 にっこにこ子育て応援事業

# 妊娠・出産・子育てをサポート!!

## 8月の開催日程

※中央区在住の人が対象です。

### ■申し込み・詳細

各講座の申し込み開始日午前8時30分から携帯電話などで二次元コードを読み取り申し込み  
 ※読み取ることができない人は問い合わせ先に連絡してください。

### ■問い合わせ先

妊カフェ・妊婦オンライン個別相談・育カフェ：子育て交流ぽーとtete (☎080-9680-6822)  
 育ぱる・10か月育ちの講座：はっぴいmama応援団(☎278-3177、水曜定休)

その他の健康・福祉のお知らせは3面へ!

## 妊娠中の悩み オンライン相談 開催中!

出産準備品の確認、夫のサポートや育児休暇についてなど、産院で聞きそびれてしまったことはありませんか。「みんなでつながるにっこにこ子育て応援事業」の一環で、コロナ禍でも安心して相談できる場として、6月6日から「妊婦オンライン個別相談」がスタートしました。顔を見ながら話せるオンラインという形で、妊娠時や出産後の悩みを相談することができます。



個別相談を担当している保健師の平山沙知子さん=写真右=は、オンライン相談について、「妊娠はしたけれど、出産に対して漠然としている方も多くいらっしゃいます。出産に向けてのイメージ作りのサポートから、そこで生まれる疑問にもお答えしていきます」と話していました。

同じく個別相談を担当している助産師の夏目文子さん=写真左=は、妊娠・出産の悩みを抱える方に対して、「一人で頑張り過ぎないで、というのを一番に伝えたいですね。世間話でもするように、気軽に話してください」と話していました。



悩みがなくても、話しているうちに浮かんでくる悩みも多くあるそうです。妊娠について気軽に話してみませんか。

気軽に話してください」と話していました。

## 妊婦オンライン個別相談

(電話またはリモート開催)

### 妊娠期

- 回 毎週水曜午後3時～5時、毎週日曜午前10時～正午
- 妊婦若干名
- ※パートナーの参加可
- 各開催日の前日午後5時まで
- ※電話相談は予約なしでも利用可(予約者優先)



妊婦オンライン個別相談申込先

## 妊カフェ (会場・リモート開催) 妊娠期

回 8月16日(月)午後1時30分～3時30分

場 東地域保健福祉センター

※リモートも同日開催

内容 保健師や助産師への相談、参加者同士の情報交換、沐浴などの育児講座、ほか

対象 妊婦 ※パートナーの参加可(リモート開催のみ)  
 会場：先着8人  
 リモート：定員なし  
 持ち物 母子健康手帳  
 申し込み 7月21日(水)から



妊カフェ申込先

## 育カフェ (会場・リモート開催) 生後1～5カ月

内容 保健師や助産師への相談、参加者同士の情報交換、ほか

対象 生後1～5カ月の子どもと母親

持ち物 母子健康手帳、バスタオルのほか、赤ちゃんに必要なもの

申し込み 7月21日(水)から  
 時間 午前10時～11時30分

開催方法	期日	会場	定員(先着)
会場	8/20(金)	燕喜館(白山公園内)	8組
	8/27(金)	天寿園	16組
リモート	8/20(金)		6組



育カフェ申込先

## 10か月育ちの講座 (会場開催) 生後10カ月

内容 発達心理相談員や保健師による10カ月の子どもの発達、関わり方、遊び方についての講座

対象 令和2年10月生まれの子ども(24日は令和2年11月生まれも対象)と保護者

持ち物 母子健康手帳、ハンカチ、動きやすい服装のほか、赤ちゃんに必要なもの

申し込み 7月21日(水)から各開催日の前日まで

時間 午前10時～11時30分

期日	会場	定員(先着)
8/24(火)	東地域保健福祉センター	12組
8/25(水)	天寿園	20組



10か月育ちの講座申込先

## 育ぱる (会場・リモート開催) 生後6～9カ月

回 8月11日(水)午前10時～11時30分

※受け付けは9時45分から

場 はっぴいmamahうす(神道寺1)

内容 保護者同士の仲間づくり、情報交換、保健師や助産師のミニ講座、ほか

対象 おおむね生後6～9カ月の子どもと保護者

会場：6組 リモート：6組

※応募多数の場合は初めて参加する人を優先して抽選(抽選結果は7月29日以降に通知)

持ち物 母子健康手帳、バスタオルのほか、赤ちゃんに必要なもの

申し込み 7月21日(水)から7月28日(水)まで



育ぱる申込先

## 連載 区だより担当が選ぶ

# 中央区のおすすめスポット⑥ 鳥屋野交通公園

所在地 女池南3-6-3

鳥屋野交通公園は、ゴーカートなどを楽しみながら交通ルールを学べる公園です。緑豊かな園内には、さまざまな遊具があります。特に、蟻地獄を模した円形すべり台は多くの人で賑わっています。新潟交通のバスや消防車などの車両展示コーナーでは、ゴーカート運行日に車内に入ることができます。クジャク園では、間近にクジャクを見ることができます。そのほかにも、小さい子どもも楽しめるドリームカー(バッテリーカー)も人気があります。

中でも人気なのは、全長約700mのコースを走ることができるゴーカートです。クジャク園やバス・消防車の車両展示を横目に、緑豊かな木々の間を走り抜けるのはとても気持ちが良いですよ。何回行っても楽しい鳥屋野交通公園へレッツゴー! 園同園 (☎283-5855)

### ゴーカート

回 11月21日(日)までの金・土・日曜、祝日 午前9時～午後5時

※7/22(木・祝)～8/31(火)は毎日運行

【1人乗り】小・中学生 ¥100円

【2人乗り】幼児、小学1～4年生 ※16歳以上の人の付き添い必要 ¥150円



詳しくはこちら

