

12 健康カレンダー

名称	とき	対象	ところ
予約制 血糖コントロール塾7.0会	15日 ☑ 午後1時30分～3時	HbA1c7%前後の方	保健医療センター
予約制 健康・栄養・歯科相談	25日 ☑ 午前9時～正午	保健師・管理栄養士・歯科衛生士による 相談を希望する方	保健医療センター

名称	とき	集合場所	内容
蒲南コースを歩こう会	7日 ☑ 午前9時30分 (雨天中止)	本町公園	蒲郡の街中を歩くコース
みんなで楽しく 無理なく三谷歩こう会	14日 ☑ 午前9時 (雨天中止)	若宮公園時計塔前	季節を楽しむ海沿いコース
形原西浦の名所をめぐる ウォーキング会	21日 ☑ 午前9時30分 (雨天中止)	西浦公民館	幡豆観音(妙善寺)コース

※申し込み不要。

12 子育てカレンダー ところ 保健医療センター 持ち物 母子手帳

教室・相談	とき	受付時間	対象	問合せ
予約制 パパママ教室	12日 ☑ 日	午前9時20分～30分	妊婦さんとその夫	健康推進課 ☎ 67-1151
もぐもぐ教室(離乳食前期)	17日 ☑ 日	午前9時50分～10時	5～6カ月児	
カミカミ教室(離乳食後期)	9日 ☑ 日	午前9時50分～10時	9～10カ月児	
2歳児教室	11日 ☑ 日	午前9時45分～10時	2歳の誕生月児	
子育て相談	3日 ☑ 日	午前9時30分～11時30分	どなたでも	
うみのご広場	21日 ☑ 日	午前10時～正午	どなたでも	子育て世代包括支援センター ☎ 56-2305
予約制 母乳相談	日 ☑ 日	①午前10時～ ②午後2時～	妊産婦	

- 母子手帳の交付と妊婦相談は、妊娠届出書を持って子育て世代包括支援センターへ。
- 4カ月・1歳8カ月・3歳児健康診査、1歳児教室、はじめての歯科・2歳児歯科健診は対象の方に個別通知します。



うみのごコラム

子育てコンシェルジュ 編

保健医療センターで実施している教室に、赤ちゃんを抱いて不安そうにしているママがいました。「赤ちゃんと2人で大変だね。赤ちゃんと遊びに行ける支援センターがあるから、行ってみたい？」と誘いました。初めは不安そうだったママでしたが、スタッフや周りのママに声をかけられ、だんだん笑顔に。今ではママ友もでき、子育てを楽しんでいます。

うみのごでは、子育てコンシェルジュが子育てサービスの紹介や子どもさんとの過ごし方を考えるお手伝いをします。「ちょっと聞いて」でもOK！気軽にご相談ください。

問合せ 子育て世代包括支援センター ☎ 56-2305 ✉ uminoko@city.gamagori.lg.jp

