

ともに歩む



お気軽にご相談ください

健康推進課 ☎ (93) 4121

富里市では、安心して子どもを育てられる地域の実現に向けて取り組んでいます。今回の特集では、乳幼児期のサポートとともに、教室に参加した人の声や、育児をサポートする保健師や管理栄養士の声を紹介します。

Check!

広報とみさとでは毎月健康広場、子育て広場に情報を掲載しています >>

子育てサポートカレンダー

妊娠中	出生	生後3~4カ月	生後6カ月~6歳
出産・子育て応援交付金	児童手当（満15歳まで）、児童扶養手当（ひとり親などへの手当） 子ども等医療費助成制度、ひとり親等家庭医療		
伴走型相談（すくすく相談）	育児相談 赤ちゃん訪問 乳児健康診査	1歳6か月児健康診査 2歳児親子歯科健康診査 3歳児健康診査	健康診査 診査だけでなく、子育ての疑問やお悩みもご相談ください。
プレパパママ教室	ベビーマッサージ & ママヨガ教室	もぐもぐごっくん離乳食教室 かみかみ歯ッピー教室	
子ども子育てコンシェルジュ（子育てについての相談やサービスの情報提供を行っています。）			

育児教室

プレパパママ教室

初めて赤ちゃんを迎えるパパママが、妊娠中の生活、分娩の準備、赤ちゃんとの生活などについて具体的なイメージが持てるよう開催しています。お友達も作るよい機会です。病院で受講したという人もぜひ参加してみてください。

寝ぐせがひどいのですが、教室中にすんなり寝たことにも驚きました。肩や腰回りが伸びて気持ちよかったです。

マッサージで体が密着していたので、子どもが笑顔でリラックスしていて、喜んでいるのがわかりました。

普段、呼吸が浅いときがあるので、ヨガで気持ちもリフレッシュできました。子どももベビーマッサージ後に気持ちよくなり眠っていました。

ベビーマッサージ & ママヨガ教室



赤ちゃんとのスキンシップのよい機会になります。また、お母さんの体調不良の改善やストレス解消に効果的です。



もぐもぐごっくん 離乳食教室

模型や実際のご飯を見せていただくととてもわかりやすかったです。

わからないことを細かく聞いてよかったです。実際に離乳食を見ることができたので参考になりました。参加してよかったです。

離乳食の悩みが多くなる離乳食中期（7か月～8か月）のお子さんに向けた教室です。離乳食の進め方について、他のパパママとお話ししながら一緒に学んでみませんか。

— インスタライブでも —



もぐもぐごっくん離乳食教室とかみかみ歯ッピー教室では、インスタライブも行っています。コメントで直接質問もできます。どこからでもお気軽に参加してください。

1から10まで聞けました。歯磨きの実践もできてよかったです。

使っている歯ブラシを見てもらって、意見を聞いたのがよかったです。

仕上げ磨きの仕方やむし歯になりかけている歯の見方などとても参考になりました。

かみかみ歯ッピー教室



乳歯が生えてきて歯磨き方法や歯並び等で悩みが多くなる10～11か月のお子さんに向けた教室です。まだ歯が生えていなくても大丈夫です。