

ひよこクラスのお知らせ

初めての
子育てでわからない
ことがいっぱい



パパの参加も
大歓迎！



ご出産おめでとうございます。赤ちゃんとの生活はいかがですか？

産後は子育てへの不安がでてきたり、自分の時間がとれなかったりと大変な時期かと思います。

宇陀市では、赤ちゃんとの生活や育児のコツを学んだり保護者同士の交流会を行う「ひよこクラス」を開催しています。ぜひ参加してみませんか？

【日程・場所・対象】 ひよこクラスは全4回です（1回でも参加可能）

対象者： 2～4か月の赤ちゃんの保護者

※4回目は妊婦さんと子育て中のご家族の交流会「たまひよサロン」です



	1回目	2回目	3回目	たまひよサロン (4回目)
対象者	室生福祉保健交流センター（予定） 10：00～			子育て支援センター 10：00～
R7.1～3月 生まれ	5月13日（火）	5月23日（金）	5月30日（金）	6月2日（月）
4～6月 生まれ	8月5日（火）	8月19日（火）	8月28日（木）	9月1日（月）
7～9月 生まれ	11月11日（火）	11月21日（金）	11月28日（金）	12月1日（月）
10～12月 生まれ	2月3日（火）	2月13日（金）	2月20日（金）	3月2日（月）

【参加費】 無料

【託児】 1回300円 ※お預かりは0歳対象児のみになります。

託児担当者：保育士・保健師等の託児経験者

託児される場合は、開始10分程前にお越しください

【申込方法】 要予約 下記へご連絡ください ※託児と離乳食回の予約は、原則4日前まで

＜お問い合わせ、申込先＞

宇陀市役所健康増進課

TEL：0745-82-3692

携帯：080-8305-5733


お電話、メールお待ちしております。



<1～3 回目 ひよこクラス(育児教室)>

時間 10:00～12:00

場所:室生福祉保健交流センター
(旧宇陀市中央保健センター)

回	内 容 (若干変更することがあります)	担 当 者	持ってくるもの
第1回	こどもの成長、病気とその対応について 乳児に多い病気や症状の話、小児救急や 医療機関、相談機関について学びます。 みんなで話し合おう ～出産時のことや今困っていること等～	保健師	
第2回	赤ちゃんの歯のケア「いろは」 あかちゃんの歯について学びます。 はじめての絵本 すてきな絵本とのはじめての出会い。 絵本選びのコツを学びます。	歯科衛生士 図書館スタッフ	母子健康手帳 筆記用具 バスタオル
第3回	みんなで話し合おう ～赤ちゃんのけが・事故予防について～ 離乳食のお話と楽しくクッキング！ いつが始め時？ どんなものをあげたらいいの？など 実際に調理実習を通して 赤ちゃんの食事について学びます。 ※8月クールは第2・3回の内容が逆になります。	保健師 管理栄養士	母子健康手帳 筆記用具 バスタオル エプロン 手拭きタオル 三角巾

<4 回目 たまひよサロン(交流会)>

時間 10:00～12:00

場所:宇陀市子育て支援センター「すくすく」

回	内 容 (若干変更することがあります)	担 当 者	持ってくるもの
たまひよサロン (第4回)	赤ちゃんとの生活のコツ ふれあい遊びなどご紹介します。 宇陀市内の交流の場について 妊婦さんと子育て中のご家族さんとの交流 出産・子育てにはどんな物があったら便利？ こんな時、どんなふうに育児してる？ など	保健師 保育士	母子健康手帳 筆記用具 バスタオル



