

母子健康センターからのお知らせ



マタニティクラス

かわいい赤ちゃんを迎えるための、妊娠、出産について学ぶ教室です。分からない事、心配な事、何でもご相談ください。たくさんの参加をお待ちしています。

対象 本町在住の妊婦さん

申込締切 各開催日の前日までに、ご連絡ください。コース途中での参加もできます。開催日は、日程の近いものから掲載しています。

時間 午後1時から午後2時30分

開催日	内容	担当者
2月10日(水)	・お腹の中で育つ赤ちゃんの様子 ・妊婦さんの生活や食事について	管理栄養士 助産師
2月24日(水)	・妊婦さんに必要な野菜の量って? ・妊娠中のお口ケア	歯科衛生士 管理栄養士 助産師

母子健康センターでは、24時間電話相談を受け付けています。妊娠中から赤ちゃんの事など困ったときは、いつでもご利用ください。



問合せ/母子健康センター TEL 75-2262 FAX 75-0337

インファントマッサージ教室

お母さんと赤ちゃんの絆を深めるための、オイルを使用したマッサージです。

時間 午前10時から午前11時30分

対象 1歳未満のお子さんとお母さん

料金 1回
町内に住所のある方 1,000円
その他の方 2,000円

申込締切
2月15日(月)

3月コース

全4回
3月4日(木)
3月11日(木)
3月18日(木)
3月25日(木)

※母子健康センター事業は、新型コロナウイルスの感染リスクを抑えるため、少人数での開催となります。参加人数が多い場合は、人数と日程を調整させていただく場合がありますのでご理解をお願いします。

母子健康手帳の交付

病院で分娩予定日が確定した方は、交付日程を調整しますので、事前に電話連絡をお願いします。

また、手帳の交付にはマイナンバーの記載等が必要となりますので、マイナンバーカード等マイナンバーを確認できるものをお持ちください。不明な点は、お問い合わせください。

元気未来っ子

1歳6カ月児

() 内は保護者名

※希望された方を掲載しています。



原田 悠聖くん
(雄貴)



佐藤 珠香ちゃん
(優希)



内藤 凧彩ちゃん
(正晃)

お詫びと訂正

広報1月号16ページ「元気未来っ子」に誤記がありました。

お詫びして、次のとおり訂正します。

(正) 内藤 凧彩 なぎさちゃん

(誤) 内藤 凧彩 なぎざちゃん

協力隊の〇〇な話

まるまる

高橋 秀明



「雪かき」はまだ慣れません。東京の雪と比べると柔らかくて軽い雪質ですが、とにかく量が多いです。借りている駐車場の雪かきをするだけで、腰が筋肉痛になります。まだまだ「雪かきの正しい姿勢」が掴めていない証拠です。別海町で生活するなら雪かきは必要な「たしなみ」だと思います。せめて自分のアパートと駐車場ぐらひは余裕で雪かきできるように頑張りたいです。

また、ぷらとに設置しているサテライトオフィス「Ushi-ca (うしか)」は毎週水曜日でもオープンしています。先日も「LINE (ライン)」の使い方を訪ねていただきました。

2月のUshi-caオープン日 交流館ぷらと1F (キヨスク跡地)
3日、4日、5日、10日、12日、17日、18日、19日、20日、24日、25日、26日
(水曜日、木曜日、金曜日と第3土曜日 午前9時から午後5時)

※業務の状況の変更などで急きょ変更する場合があります。

予約も必要ありませんのでお気軽にお立ち寄りください。