



妊娠期から始まる切れ目ない保健師の子育て支援～ネウボラ～

ネウボラとは、フィンランド語で「アドバイスする場所」という意味で、妊娠から子育てまで切れ目のない子育て支援制度のことです。保健師が家庭訪問や電話相談、乳幼児健診をとおして、妊娠・出産、こどもの成長（発育と発達）、子育てなどについて家族ぐるみの支援を行います。また、ご家族の健康相談もお受けします。城東区では、16ある小学校の校下ごとに担当保健師がいます。お気軽にご相談ください。

成育 あしだ 芦田
関目 あがた 阿形
葦 いわさき 岩崎
榎並 こにし 小西
関目東 すがの 菅野
聖賢 おがわ 小川
今福 よしだ 吉田
聖賢 おがわ 小川
今福 よしだ 吉田
森之宮 すがの 菅野
城東 よしだ 吉田
放出 よしだ 吉田
城東・放出 よしだ 吉田
森之宮 すがの 菅野
中浜 とうだ 河田
東中浜 とうだ 河田
諏訪 なかもら 中村
精神保健福祉相談員 いしい 石井
諏訪 なかもら 中村



問合せ／保健福祉センター保健福祉課(保健活動) 電話6930-9968 6930-9936

城東区 わくわく子育て情報ネット

申込不要 無料

区内の幼稚園・保育園(所)等の情報をわかりやすくお届けします。

とき／6月15日(土) 10:30～14:30(受付14:00まで)

ところ／区民センター2階 城東KADO-YAがもよんホール、4階大会議室(中央3-5-45)

内容／城東KADO-YAがもよんホールでは、10:30～14:30まで、幼稚園・保育施設の説明と紹介があります。4階大会議室では、①10:45～ ②13:00～の計2回、保育施設利用についての説明会があります。

問合せ／保健福祉センター保健福祉課(子育て教育) 電話6930-9068 6932-1295

「にこにこ広場」を開催します!

申込要 無料

赤ちゃんの成長や育児のことで気になっていることをお話しませんか?

とき／6月13日(木)または7月11日(木)

いずれも13:30～15:00まで

ところ／区役所2階 22番窓口

内容／身長・体重測定、手遊び、保健師のお話、参加者との交流
 対象／区内在住の概ね生後2か月(3か月児健診を受ける前)のお子さん、その保護者(はじめてママ・パパになった方に限る)

定員／各日20組(先着順) ※1組1回限り

申込み・問合せ／保健福祉センター保健福祉課(保健活動) 電話6930-9968 6930-9936

窓口サービス課からの お知らせ

区役所の日曜開庁は6月23日(日)9:00～17:30です。<窓口サービス課(住民情報・保険年金)>なお、選挙が執行される場合等は、閉庁することがあります。



シリーズ 子育て支援施設

みんなで子育て!みんなで応援! *子ども・子育てプラザ*

子ども・子育てプラザでは、子育て家庭や地域での子育て活動を支援し、乳幼児期の親子や子育て支援者、就学期の児童が集い交流する機会を提供するなど、地域福祉活動の推進を図る子育て活動支援事業を実施しています。子育てに関する情報や子育て支援グループへの活動場所の提供、子育て支援講座や親子イベントの開催、放課後や休日に児童が過ごせる自由な遊び場や、乳幼児とその保護者が自由に遊べる「つどいの広場」を提供しています。



とき／火～日曜(月・祝日は休み)9:00～21:00
 (日曜は17:30まで、17:30～21:00はサークルの登録利用のみ)
 ところ／子ども・子育てプラザ(今福西1-1-39) 電話6933-2880



城東区子育て情報メールマガジン配信中!

オレンジリボンは、「子どもの虐待のない社会の実現」をめざす市民運動のシンボルマークです。

問合せ／保健福祉センター保健福祉課(子育て教育) 電話6930-9068 6932-1295

健康



6月は「食育月間」 毎月19日は「食育の日」

バランスよく食べよう!

毎食、主食・主菜・副菜をそろえて食べる食習慣の実践を!

主菜 肉・魚・卵・大豆製品などを使った料理
 主食 ごはん・パン・めんなどを使った料理
 副菜 野菜・いも・きのこ・海藻などを使った料理
 果物、牛乳・乳製品も忘れずに!

ゲンキをつくろう!

レシピ:「ピーマンとわかめの炒め煮」

材料(4人分)
 ピーマン…小3こ にんじん…中2cm
 わかめ(生)…60g しらす干し…40g
 ごま油…小さじ1 しょうゆ…小さじ1

作り方
 ①ピーマンは縦半分に切って種をとり、5mm幅に切る。
 ②にんじんはせん切り、わかめは1cm幅に切る。
 ③フライパンにごま油を熱し、ピーマン、にんじんを炒める。
 ④軟らかくなれば、わかめとしらす干しを入れて炒め、しょうゆを加える。

1人分エネルギー 41kcal
 ごまを加えても美味しくカルシウムアップ!

区内保育所、幼稚園、小・中学校、子育て関係機関や地域の食生活改善推進員等と連携しながら食育の取組みをすすめています。

問合せ／保健福祉センター保健福祉課(保健) 電話6930-9882 6930-9936

お呼び出し状況

区役所窓口のお呼び出し状況は、区ホームページでいつでも確認できます!(窓口サービス課(住民情報・保険年金))

