

子育て

うるかむBaby! プレママ講座

赤ちゃんを迎えることは、楽しみでもあ **無料・要申込** りちよびり不安もあるかもしれません。マタニティ期の生活や子育ての準備など、みんなで楽しく学んでみませんか。

日時 9月16日(木) 13時～

場所 区役所 2階 集団検診室

- 内容**
- ・陣痛ってどんな感じ?
 - ・マタニティ体操でリラックス♪
 - ・母乳育児の準備・おっぱいケア
 - ・授乳のさせ方やってみよう!

対象 妊婦とパートナー

※パートナーの方の参加も大歓迎です

※10月のうるかむBaby! プレママ講座は、10月21日(木)です

※15時～15時15分歯科健診も実施しています。(予約不要) 詳細はお問合せください。

問合せ 保健福祉課 (地域保健活動)
☎ 6576-9968 FAX 6572-9514



講座・イベント

ココロとカラダの健康講座 参加者を募集! ~全8回コース~

いつまでも元気でいきいきとした生活が送れるように、生活習慣病・介護予防や感染症予防について学び、港区民を元気にするために一緒に活動しませんか? みなさんと楽しく健康づくりについて考えましょう!

回	実施日	主な内容 (予定)	講師
1	10月14日(木)	開講式、港区の健康状況を知っていますか?	保健師
2	10月19日(火)	生活習慣病を知って予防しよう!	医師
3	10月29日(金)	効果的なウォーキング方法を身につけよう	健康運動指導士
4	11月18日(木)	のぞみ会とウォーキング	保健師
5	11月30日(火)	すみれ会とウォーキング	保健師
6	12月7日(火)	感染症に負けない食生活について元氣のために! ココロに栄養チャージ	栄養士 精神保健福祉相談員
7	12月13日(月)	健康(健口)づくりで免疫カアップ	歯科衛生士
8	12月21日(火)	やってみよう! いきいき百歳体操、閉講式	保健師

6回以上出席の方には修了証をお渡します!

時間 13時30分～15時30分
※ただし、第4・5回は10時～12時

場所 区役所 2階 集団検診室

定員 15名 (先着順) **申込** 電話、来庁

締切 9月30日(木)

問合せ 保健福祉課 (地域保健活動)
☎ 6576-9968 FAX 6572-9514

子どもとともに安心してつながれる居場所 「はっぴいポケットみ・なと」

親子だけでなく、プレママ・パパ、おじいちゃんおばあちゃん、外国籍の人など、いろいろな人が好きな時に来て、自由にくつろいだり、イベントを楽しむことで、つながりや笑顔が生まれる場所です。畳敷きのお部屋で、ほっと一息つきに遊びに来ませんか? おもちゃも絵本もスタッフもお待ちしています♪



日時 月・火・水・木・金曜日
9時30分～11時30分、12時30分～14時30分

※新型コロナウイルス感染症対策により、午前と午後の入替制です。11時30分～12時30分は消毒・清掃作業のため閉所します。

場所 南市岡1-11-19 尻無川自治会館 1階
☎ 070-6649-4355

主なイベント

●プレママ・プレパパ&ベビーtime
毎週木曜日 9時30分～11時30分

対象 0歳

●ブックスタート
毎月第2木曜日 10時～10時30分

●キッズtime
毎月第1水曜日 12時30分～14時30分

●つくってあそぼう
偶数月の第2火曜日 10時～14時

●かんしょくあそび
奇数月の第3水曜日10時～11時

上記の他、『保健師さんや心理士さんとおしゃべりしましょ』といったイベントなども開催予定です。

※今後予定しているイベントや開所状況に関して変更になる場合があります

※詳しくはブログやLINE、ツイッターにてご確認ください。通信も毎月発行していますよ!

問合せ 保健福祉課 (子育て支援)
☎ 6576-9856 FAX 6572-9514



LINE
@434rqzjk



Twitter
@hapipominate



livedoor
ブログ

離乳食講習会 すくすく赤ちゃん教室

無料・要申込

日時 10月6日(水) 13時30分～15時

場所 区役所 2階 集団検診室

対象 月齢5～7か月の赤ちゃんと保護者

※その他の日程についてはホームページをご確認ください

問合せ 保健福祉課 (保健衛生)
☎ 6576-9882 FAX 6572-9514



保育所などの入所申込みを受け付けます

令和4年4月からの保育施設・事業利用の申込みを受け付けます。現在待機中の方も、改めて申込みが必要です。

〈入所の基準〉保護者のいずれもが仕事や病気などのため家庭で保育できない場合や、その他保育が必要と認められる場合

〈申込書の配付〉※ホームページからもダウンロードできます

〈申込み受付・面接〉

期間 9月6日(月)～10月15日(金)

期間 10月1日(金)～10月15日(金)

場所 ●各保育施設・事業所 (月曜～金曜日 10時～16時、土曜日 10時～12時、日曜日・祝日は除く)

場所 区役所内 特設窓口

※インターネットからの事前予約制です。

●区役所 3階 エレベーターホール (平日 9時～17時30分) 詳細は、申込書又はホームページをご確認ください。

施設種別	施設名称	所在地	電話番号	年齢※1	
保育所	市立	八幡屋保育所	八幡屋3-11-6	☎ 6571-0204	0～5歳
		磯路保育所	磯路2-11-8	☎ 6572-6495	0～5歳
	公設民営	田中保育所	田中1-11-1	☎ 6574-2369	0～5歳
		善児園	港晴3-16-6	☎ 6571-0258	0～5歳
	私立	港保育所	池島1-3-47	☎ 6571-3182	2～5歳
		港乳児保育センター	池島1-3-40	☎ 6571-0646	0～2歳
		アソカ学園	夕風2-3-5	☎ 6574-2600	1～5歳
		日輪学園保育所	磯路1-8-5	☎ 6573-6000	0～5歳
		池島保育園	池島3-1-32	☎ 6573-5012	0～5歳
		築港保育園	築港1-12-8	☎ 6574-3196	0～5歳
		安治川保育園 ※2	波除1-6-6	☎ 6582-7883	0～5歳
		第2善児園	市岡元町3-13-8	☎ 6585-3030	0～5歳
	認定こども園	はらっぱ舎	市岡元町2-5-26	☎ 4301-7010	0～5歳
		認定こども園 波除学園	波除5-4-7	☎ 6585-3392	0～5歳
小規模保育事業所	私立	バンビ保育所	田中1-15-1-103	☎ 6573-7685	0～2歳
		風の丘保育園	波除3-7-18	☎ 6584-5155	0～2歳
	きらら もとまち保育園	磯路1-4-3	☎ 6571-5277	0～2歳	
	キングダム・キッズ 磯路	磯路2-16-22 1F	☎ 6585-9586	0～2歳	
	はらっぱ舎AIAI	波除4-1-37 1F	☎ 4394-8739	0～2歳	
	ひまわり保育園みなと	市岡元町3-8-15	☎ 6581-3054	0～2歳	
	よいこ園	磯路2-22-8-101	☎ 6585-7085	0～2歳	

※1 年齢は、令和3年4月1日現在。0歳児は原則生後6カ月以上。

※2 0歳児・1歳児は分園(あじびよ/西区境川2-5-27)への入所、2歳児以降は本園の入所となります

※保育施設等の見学を希望される場合は、事前に当該施設への連絡が必要です

※申込状況につきましては、10月末頃に子ども青少年局ホームページにて公表する予定です

※保育施設等の一覧については令和3年9月1日現在の状況です。施設形態(認定こども園への移行など)や、募集年齢が変更になることがあります。

※保育を必要としない場合(1号認定)の認定こども園の申込みについては、各施設にお問合せください。

問合せ 保健福祉課 (子育て支援) ☎ 6576-9857 FAX 6572-9514

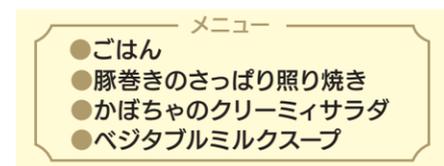
生活習慣病予防教室 参加者募集!

生活習慣病を予防するための講話付き調理 **要申込** 実習です。健康に興味がある方はぜひご参加ください。

日時 10月28日(木) 10時～13時

場所 区役所 2階 集団検診室・栄養指導室

内容 講話と調理実習



対象 区内在住の方 **定員** 12名 (先着順)

持ち物 マスク、エプロン、手拭き用タオル

費用 500円 (材料費) **申込** 電話、来庁

申込期間 9月6日(月)～10月21日(木)

共催 港区食生活改善推進員協議会 (桜栄会)

問合せ 保健福祉課 (保健衛生)
☎ 6576-9882 FAX 6572-9514