

せきっこだより

11月号(令和2年)

発行：関市子ども家庭課
わかくさ・プラザ
総合福祉会館1階
『子育て支援 せきっこ』
TEL：23-2296

「プレママ広場」へどうぞ



「プレママ広場」は妊婦さん・産婦さんの交流の場です。妊娠中や産後は心も体も大きな変化があり、不安になりやすいものです。そんな不安を和らげるためのアドバイスを助産師・保健師からいっぱいもらえます。ある先輩ママは「ここで教えてもらった呼吸法が役に立ちました」とおっしゃっていました。今回(9月16日)は陣痛時の気の持ち方や出産が楽になる体作りのためのストレッチ体操などについて具体的に教えていただきました。また、個別の相談にも応じていただけます。広場から帰るときは身も心もリフレッシュされ、出産への不安も少なくなっていることでしょう。妊婦さん・産婦さん、是非ご参加ください。

開催月日： 11月18日(水) 12月16日(水)
令和3年 1月20日(水) 2月17日(水) 3月17日(水)
場所：関市保健センター内 『ひだまり』(関市日ノ出町1丁目3番地3)
電話番号：0575-22-1154 ※電話での申し込みが必要です
時間：①10:00~10:50 ②11:00~11:50 (コロナ対策で2グループに分けています)

持ち物：母子手帳、ストレッチのできる服装、飲み物
※「乳幼児相談」と同日です。お気軽にご参加ください。
オンライン交流会もおこなっています。詳しくは「ひだまり」(☎22-1154)へお問い合わせください。



ストレッチ体操(9/16)



オンライン交流会(9/25)



「とんてん館」が子育て中の家庭を応援します！！

子育て支援スタッフ派遣事業

子育て中の家庭に育児や家事に精通した経験豊富なスタッフを派遣して、炊事・洗濯・掃除などの指導や乳幼児の授乳・おむつ交換などのアドバイスをおこないます。

利用できる児童：関市に住所を有する出産予定日が6週以内の方および0~5歳の乳幼児を持つ方で親族から家事・育児などの支援を受けられない方(ただし、乳幼児が保育園や幼稚園に通っている場合は除く)

利用日： 月曜日から土曜日
利用時間： 9:00~18:00のうち1回3時間以内
利用内容： 家事支援(炊事・洗濯・掃除など)
育児支援(授乳・おむつ交換・沐浴補助など)
家事・育児等の助言
利用回数： 月に3回まで。ただし、月に6時間以内とする。(料金：無料)
事前登録： 子ども家庭課で登録が必要
利用方法： 利用日が決まったら、とんてん館に電話で予約をする。
※予約先 (公社) 関市シルバー人材センター「とんてん館」
(本町2-26 いろはビル1階) ☎24-1311

☆乳幼児相談のお知らせ(身体計測・育児相談)

関市保健センター	11月18日(水)	9:00~10:00
武芸川保健センター	11月30日(月)	10:00~11:00 13:00~14:00
洞戸ふれあいセンター	11月19日(木)	9:30~11:00
板取保健センター	11月13日(金)	9:30~11:00
上之保保健センター	11月25日(水)	9:30~11:00

※予約制です。電話24-0111 ※母子手帳を持参ください。
※WEBからも予約できます。下記の方法で登録し詳細は関市子育て LINE をご覧ください。

○関市公式アカウントの登録方法

- ① 右記のQRコードを読み込み、関市公式アカウントを友達登録します
- ② トーク画面に、どの情報を受け取りたいか選択をする通知が届きます
- ③ 受け取りたい情報を選択します
- ④ 登録内容を確認します



11月の行事案内

開館施設記号

() 内は休館日・下線の
行事は申し込みが必要

わ：わかかさ児童センター（月） 安：安桜こども館（火） む児：むげがわ児童館（月・祝） む支：むげがわ子育て支援センター（土・日・祝）
 は：ははこぐさ（土・日・祝） 旭：旭ヶ丘子育てサロン（月・木・土・日・祝） 洞：洞戸子育てサロン（水・金・土・日・祝）
 儀：武儀子育てサロン（火・木・土・日・祝） す：すくすくランド（各地域（小学校区）のお住まいの方のみ参加可能）
 せ：せきっこ 他：その他

日	月	火	水	木	金	土
1 わ安む児	2 安む支は洞儀 安：おはなしとびら 10時半	3 わ安 	4 わむ児む支は儀	5 わ安む児む支は洞 安：キッズタイム 11時15分 す：さくらがおか 10時 せ：富岡10時 せ：西部10時	6 わ安む児む支は旭儀 わ：ぐるんぐるんおえかき10時半 は：美晴先生の音楽広場、10時半 は：予約子育て相談日 13時半 せ：鮎之瀬10時 せ：桜ヶ丘10時	7 わ安む児
8 わむ児 	9 安む支は洞儀 む支：誕生会・発育測定 10時20分	10 わむ児む支は旭洞 む児：ひよこちゃんクラブ10時半 せ：倉知 10時	11 わ安む児む支は旭儀 わ：作って遊ぼう 10時半 は：シニアヨガ 10時 は：おひるねアート（秋） 13時半 14時15分 せ：田原 10時	12 わ安む児は洞 安：キッズタイム 11時15分 む児：お話の世界 10時半 は：うさぎ親子教室 10時15分 せ：富岡 10時 せ：西部 10時	13 わ安む児む支は旭儀 わ：ぐるんぐるんおえかき10時半 む支：いちごちゃんくらぶ 10時、11時10分 は：予約子育て相談日 13時半 せ：鮎之瀬10時 せ：桜ヶ丘10時	14 わ安む児 安：シルバニアの日 13時半
15 わ安む児は は：ファミリーデー（園庭外遊び） 10時	16 安む支は洞儀 安：リズムック（11月のお誕生会） 10時半 他：てらっこ 10時	17 わむ児む支は旭洞 む児：ひよこちゃんクラブ10時半 せ：倉知 10時	18 わ安む児む支は旭儀 は：3B体操広場 10時半 は：赤ちゃん広場 13時半 せ：田原 10時 せ：富野 10時	19 わ安む児む支は洞 安：キッズタイム 11時15分 は：うさぎ親子教室 10時15分 せ：富岡 10時 せ：西部 10時	20 わ安む児む支は旭儀 わ：ぐるんぐるんおえかき10時半 む支：りんごちゃんくらぶ 10時半 は：親子で楽しくリトミック 10時15分（申し込み終了） は：赤ちゃん広場 13時半 せ：桜ヶ丘 10時	21 わ安む児 わ：小学生広場 10時半 む児：小学生集合 10時半
22 わ安む児	23 わ安	24 わむ支は洞	25 わ安む児む支は旭儀 わ：お楽しみ広場 10時半 は：産後ヨガ 10時 は：からだ講座 13時半 せ：田原 10時	26 わ安む児む支は洞 安：キッズタイム（11月のお誕生会） 11時15分 む児：ママと一緒に 10時半 は：くま親子教室 10時15分 は：ひよこ広場 13時半 せ：富岡10時 せ：西部10時	27 わ安む児む支は旭儀 わ：ぐるんぐるんおえかき10時半 む支：おねんねあーと 10時 11時10分 は：令和元年度OG会 10時 は：予約子育て相談日13時半 せ：鮎之瀬10時 せ：桜ヶ丘10時	28 わ安む児 
29 わ安む児	30 安む支は洞儀 は：身体にやさしいお料理講座 10時					



問合せ先

わ：わかかさ児童センター 若草通2-1 わかかさ・プラザ総合福祉会館1階 ☎：23-7774
 安：安桜こども館 千年町2-18-1 安桜ふれあいプラザ1階 ☎：25-0190
 む支：むげがわ子育て支援センター 武芸川町谷口1032-1 むげがわ保育園内 ☎：45-3003
 す：すくすくランド せ：せきっこひろば 他：その他 「関市子ども家庭課 子育て支援せきっこ」

は：ははこぐさ 倉知928倉知保育園内 ☎：080-8975-1450
 む児：むげがわ児童館 武芸川町谷口1032-1 むげがわ保育園横 ☎：45-3002
 旭・洞・儀：旭ヶ丘・洞戸・武儀子育てサロン 「関市子ども家庭課」 ☎：23-7738
 ☎：23-2296

