

妊婦・乳幼児の教室の予定

対象となる方でご希望の方は、笠間市ホームページからお申し込みください。

https://www.city.kasama.lg.jp/online_consul.php#category0

開催場所：地域医療センターかさま行政棟（2歳児キッズクラスは、こども育成支援センター）

◆かさママサロン 対象者 妊娠中の方、生後1か月以降から4か月になる月までの母子

| 時間 | 内容 | 日程 | | | | | | | | | | | |
|---------------------------|---|-----------|------------|------------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|------------|------------|------------|------------|
| | | R6 | | | | | | | | | | | R7年 |
| | | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
| 10:15~11:45 (受付10:00~) | 助産師の個別相談 ミニ講話・フリートーク 妊産婦向けストレッチ※ ベビーマッサージ(※) ※毎回ではありません | 8日 (月) | 20日 (月) | 10日 (月) | 8日 (月) | 5日 (月) | 9日 (月) | 7日 (月) | 11日 (月) | 16日 (月) | 20日 (月) | 17日 (月) | 10日 (月) |

◆マタニティクラス 対象 妊婦とその夫

| 項目 | 内容 | 時間 | 持ち物 | 日程 | | | | | | | | | | | |
|------|-----------------------------------|--|---|------------|------------|------------|------------|-----------|----|-----------|------------|------------|------------|------------|----|
| | | | | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
| 1コース | 妊娠中の気がかりとお産の経過 口腔の衛生 | 10:10~ 12:00 受付時間 (10:00~ 10:10) | 母子健康手帳 筆記用具 飲み物 エプロン(2 コースのみ) | 26日 (金) | | 26日 (水) | | | | 6日 (金) | | 15日 (金) | | 31日 (金) | |
| 2コース | 妊娠中の食事の取り方(調理 実習) 出産に向けての準備 | | | | 15日 (水) | | 12日 (金) | | | 3日 (木) | | 5日 (木) | | 20日 (木) | |
| 3コース | 赤ちゃんのお世話と お風呂の入れ方 | | | | | 1日 (土) | | 3日 (土) | | | 12日 (土) | | 14日 (土) | | |

◆離乳食教室 対象 妊婦とその夫（定員：各時間1回目・2回目は4人、3回目は3人）

| 項目 | 内容 | 時間 | 日 程 | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------|-----------------------|-------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|-------------|-------------|------------|-------------|
| | | | R5年 8月生 | R5年 9月生 | R5年 10月生 | R5年 11月生 | R5年 12月生 | R6年 1月生 | R6年 2月生 | R6年 3月生 | R6年 4月生 | R6年 5月生 | R6年 6月生 | R6年 7月生 | R6年 8月生 | R6年 9月生 | R6年 10月生 |
| 1回目 (5~6か月頃) | はじめての離乳食 離乳食の食べさせ方 | ① 10:00~ 10:45 | - | - | - | 4/10 (水) | 5/9 (木) | 6/5 (水) | 7/3 (水) | 8/8 (木) | 9/12 (木) | 10/2 (水) | 11/7 (木) | 12/4 (水) | 1/16 (木) | 2/5 (水) | 3/3 (月) |
| 2回目 (7~8か月頃) | 大人の食事から 離乳食へ | ② 11:00~ 11:45 | - | 4/24 (水) | 5/22 (水) | 6/26 (水) | 7/24 (水) | 8/28 (水) | 9/26 (木) | 10/23 (水) | 11/27 (水) | 12/19 (木) | 1/29 (水) | 2/27 (木) | 3/26 (水) | 4月 | 5月 |
| | | ③ 13:30~ 14:15 | 5/16 (木) | 6/13 (木) | 7/11 (木) | 8/22 (木) | 9/19 (木) | 10/10 (木) | 11/14 (木) | 12/12 (木) | 1/23 (木) | 2/13 (木) | 3/12 (水) | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 |
| 3回目 (9~11か月頃) | 生活リズムと 食事リズム | ④ 14:30~ 15:15 | 5/16 (木) | 6/13 (木) | 7/11 (木) | 8/22 (木) | 9/19 (木) | 10/10 (木) | 11/14 (木) | 12/12 (木) | 1/23 (木) | 2/13 (木) | 3/12 (水) | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 |

◆親子ふれあい教室 対象 初めての赤ちゃんとその保護者

| 項目 | 内容 | 時間 | 日 程 | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---------------------|---------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|-------------|-------------|-------------|
| | | | R5年 9月生 | R5年 10月生 | R5年 11月生 | R5年 12月生 | R6年 1月生 | R6年 2月生 | R6年 3月生 | R6年 4月生 | R6年 5月生 | R6年 6月生 | R6年 7月生 | R6年 8月生 | R6年 9月生 | R6年 10月生 |
| 1回目 | ベビーマッサージ 子育てミニ講座 | 10:00~11:00 受付時間 | 2/22 (木) | 3/21 (木) | 4/11 (木) | 5/30 (木) | 6/21 (金) | 7/25 (木) | 8/9 (金) | 9/20 (金) | 10/11 (金) | 11/21 (木) | 12/12 (木) | 1/30 (木) | 2/6 (木) | 3/27 (木) |
| 2回目 | 親子でヨガ体験 子育てミニ講座 | (9:45~10:00) | 3/13 (水) | 4/17 (水) | 5/15 (水) | 6/12 (水) | 7/17 (水) | 8/28 (水) | 9/18 (水) | 10/9 (水) | 11/27 (水) | 12/11 (水) | 1/15 (水) | 2/19 (水) | 3/19 (水) | 4月 |

◆2歳児キッズクラス

対象 2歳児とその保護者

| 項目 | 内容 | 時間 | 日 程 |
|--------|------------------------------|-----------------------------------|---|
| 4月コース | ほめ方トレーニングなど 親子あそび（3回1コース） | 9:30~11:00 受付時間(9:20~ 9:30) | 4 / 2 6 (金) ・ 5 / 1 7 (金) ・ 5 / 2 4 (金) |
| 7月コース | | | 7 / 1 2 (金) ・ 7 / 1 9 (金) ・ 8 / 2 (金) |
| 10月コース | | | 1 0 / 4 (金) ・ 1 0 / 2 5 (金) ・ 1 1 / 8 (金) |
| 1月コース | | | 1 / 2 4 (金) ・ 1 / 3 1 (金) ・ 2 / 7 (金) |