子育てインフォメーション

■申し込み・問い合わせ先　こども家庭センター「ふわり」　☎(32)8921

お　知　ら　せ

フレッシュママ・パパ教室(両親学級)

出産を控えたご両親が、安心して出産が迎えられるように実施しています。ママ・パパ、どちらかだけの参加も可能です。

■**日時**　7月10日㈭　午前9時30分~11時45分
■**場所**　ゆうゆう館
■**対象者**　出産予定日が令和7年9月･10月の方
■**定員**　14組(予約制)
■**内容**　産後の生活について、妊娠中の食事、妊婦の沐浴・赤ちゃんのお世話体験など
■**持ち物**　母子健康手帳、スリッパ、筆記用具、飲み物、父子手帳(パパが参加する場合)、ママと赤ちゃんのすまいる親子プラン(母子手帳と一緒に配布)
■**申込方法**　しもつけオンラインサービス
■**申込期限**　7月8日㈫
■**その他**　日程が合わない方や個人的な内容を相談したい方は個別相談をご利用ください。

個別相談が可能な時間帯
　月~金曜日(祝日除く)
①午前9時30分~10時30分
②午前10時30分~11時30分
③午後1時30分~2時30分
④午後2時30分~3時30分

申込フォーム

各種相談(※印は事前予約制)

名称	日時	場所	相談員
子育て巡回相談	7月8日㈫ 午前9時~11時	子育て支援センターつくし	管理栄養士
	7月9日㈬ 午前9時~11時	子育て支援センターつくし	公認心理師
育児・母乳・栄養相談(※)	6月26日㈭ 午前9時30分~11時	ゆうゆう館	保健師、助産師、管理栄養士
個別栄養相談(※)	6月19日㈭①②、7月3日㈭①~④ ①午前9時30分~　②午前10時45分~ ③午後1時30分~　④午後2時45分~	市役所相談室	管理栄養士、保健師
個別心理相談(※)	6月25日㈬③④、7月2日㈬①② ①午前9時~　②午前10時30分~ ③午後1時30分~　④午後3時~	市役所相談室	公認心理師、臨床心理士

ひとり親家庭のためのパソコン講習

栃木県ひとり親家庭福祉連合会では、ひとり親家庭の方を対象に、就業援助のためパソコン講習を実施しています。

■**講習内容**　Word基礎講座、Excel基礎講座
■**場所**
栃木県母子家庭等就業・自立支援センター
(宇都宮市野沢町 4-1パルティ内)
■**問い合わせ先**
栃木県ひとり親家庭福祉連合会
☎028(665)7801

6月4日~10日は歯と口の健康週間

定期的に歯科検診を受けるために、安心して通うことのできる「かかりつけ歯科医」を持つことが大切です。

2歳児歯科検診をきっかけに「かかりつけ歯科医」をもちませんか？ 詳細は市ホームページをご覧ください。

市ホームページ