

子育て中のママ・パパを応援します

乳幼児相談

乳幼児相談では、保健師がお子さんの発育発達についての相談を受け、栄養士が授乳や離乳食など食事面でのアドバイスを行っています。また、年に4回歯科衛生士による歯科相談も行っています。

— 幼児相談に参加したきっかけはなんでしょうか。  
 (奥野さん) ママ友に誘われて相談に来ました。  
 (松田さん) 「ごどもカレンダー」を見て来ました。

— 参加してよかったことはありますか。  
 (奥野さん) 身長や体重などを計測してもらっているので、子どもの成長が分かるので安心します。育児での悩みなど保健師さんに相談できるので助かります。歯科相談では、歯科衛生士さんから心配なことについてアドバイスをもらうことができました。家でも試してみようと思います。



保健師からアドバイスをもらえます

赤ちゃん大集合

プレママ・プレパパ教室

これからパパ、ママになる方を対象に、安心してマタニティライフを過ごし、元気な赤ちゃんを産み育てるための教室です。  
 1日目はインストラクターによる妊婦体操。管理栄養士お勧めのおやつを食べながらカフェタイム。妊婦さん同士の交流を深める場となっています。  
 2日目は赤ちゃんの人形を使った沐浴体験。パパに妊婦ジャケットを着てもらって妊婦体験も行っていただきます。ぜひ、ご夫婦でご参加ください。



インストラクターによる妊婦体操



ハラハラドキドキ沐浴体験

妊婦訪問・赤ちゃん訪問



妊婦訪問の様子

**妊婦訪問**  
 出産予定日の1〜2か月前にご自宅に訪問します。体調面の確認や産後の手続き、予防接種のことについてお話します。妊娠中や産後のことで心配なことがありましたら、お気軽に相談してください。  
**赤ちゃん訪問**  
 生後1〜2か月に全てのご家庭に訪問します。発育状況の確認や母乳指導、ママの産後の心や体調の確認などを行います。

**乳児相談**  
 対象 0歳児  
 開催月 奇数月  
**幼児相談**  
 対象者 1歳児〜未就学児  
 開催月 偶数月  
 持ち物 母子健康手帳  
 受付時間 9時30分〜10時30分(予約不要)  
 \*詳細は「平成30年度嵐山町ごどもカレンダー」に掲載されています。お気軽にお越しください。

みんなあつまれ 子育て広場「レピ」

町では、就学前のお子さんとその保護者向けに、町内の3つの施設「ばんだ(北部交流センター)」「うさぎ(ふれあい交流センター)」「こあら(役場町民ホール)」を雨の日でも安全で安心して遊べる場「子育て広場「レピ」として開放しています。

また、全ての会場で、開放時間の一部(10時30分〜11時)で「親子ふれあい教室」を開催しています。この教室では、次の8つの催しを行っています。お子さんの年齢に応じた教室に参加してみたいかがでしょうか。

また、どこで遊んだらいいかわからない、同年代の子どもを持つ保護者と情報交換がしたいと思う保護者の方も、ぜひ足を運んでください。

①〜⑧の枠内の動物は、開催しているレピ名を表しています。

**1 赤ちゃん体操**  
 赤ちゃんが喜ぶベビーマッサージと赤ちゃん体操を行います。お家でもできるベビーマッサージを覚えてみませんか。  
 ※対象となるお子さん：0歳

**2 骨盤体操**  
 出産・抱っこで歪んだ骨盤をしっかりと矯正する体操をインストラクターが伝授します。  
 1歳未満のお子さんに参加される方は、バスタオルをご持参ください。  
 ※対象となるお子さん：就学前

**3 アロマ**  
 アロマオイルの香りを楽しみながら赤ちゃん体操と骨盤体操を体験します。  
 体操後には、季節に合ったハーブティーでリラックスしましょう。  
 ※「ばんだ」で行う赤ちゃん体操には、アロマはありません



パラバルーンって楽しい

レピ名	いつ	どこで
ばんだ	第2・4木曜日 開放時間 10時〜12時	北部交流センター
うさぎ	第3月曜日 開放時間 10時30分〜11時	ふれあい交流センター
こあら	毎週金曜日 開放時間 10時〜14時	役場町民ホール

※各会場とも他の行事により使用できない場合があります。詳細は「らんどん子育てカレンダー」をご確認ください。

**4 親子体操**

親子で楽しむ体操です。インストラクターと一緒にパラバルーン(大きな丸い布)で遊んだり、親子でダンスをします。「レストラン」  
 ※対象となるお子さん  
 ……1歳〜就学前

