



～生後5か月までの赤ちゃんとお母さんのための～

# 赤ちゃんサロン



生後5か月までの赤ちゃんとママを対象にしたサロンです。

出産後、ずっと家の中に引きこもっていませんか。時にはそんな毎日を息苦しく感じてしまったり、子どもの寝顔に癒されるのに泣き声や抱っこに少し疲れていませんか。少し勇気を出して、親子で保健センターまで来てみませんか。

母子保健推進員【通称：母推（ぼすい）さん】と保健センターの保健師がお待ちしております。

## サロンって何をしているの???

▽ふれあい遊びの紹介

サロンの最初（10時過ぎ）にやっています。

▼参加している人との交流

誰かと話したい、親子で外出したい。そんな思いをもって参加している方ばかりです。同じ時期に子育てをしている方とおしゃべりをして育児をふりかえってみませんか。

▽子育ての大先輩の母推さんとおしゃべり

育児のコツを聞けるとおもいますよ！

▼わが子の発育チェック

身長・体重の計測を希望者にしています。

ただし、育児相談は行っていません。体重の増えの心配がある方・計測のみを希望の方は、育児相談（毎週月曜日・午前9時～11時）をご利用ください。

## 赤ちゃんサロンの日程(令和8年度)

▽月2回 木曜日、午前10時～11時30分

4/9	5/7	6/4	7/9	8/6	9/3	10/8	11/5	12/3	1/7	2/4	3/11
4/23	5/21	6/18	7/23	8/20	9/24	10/22	11/19	12/17	1/21	2/25	3/25

## 持ち物

バスタオル、オムツ替え・授乳に必要なもの  
お母さん用の水分

裏面もご覧ください



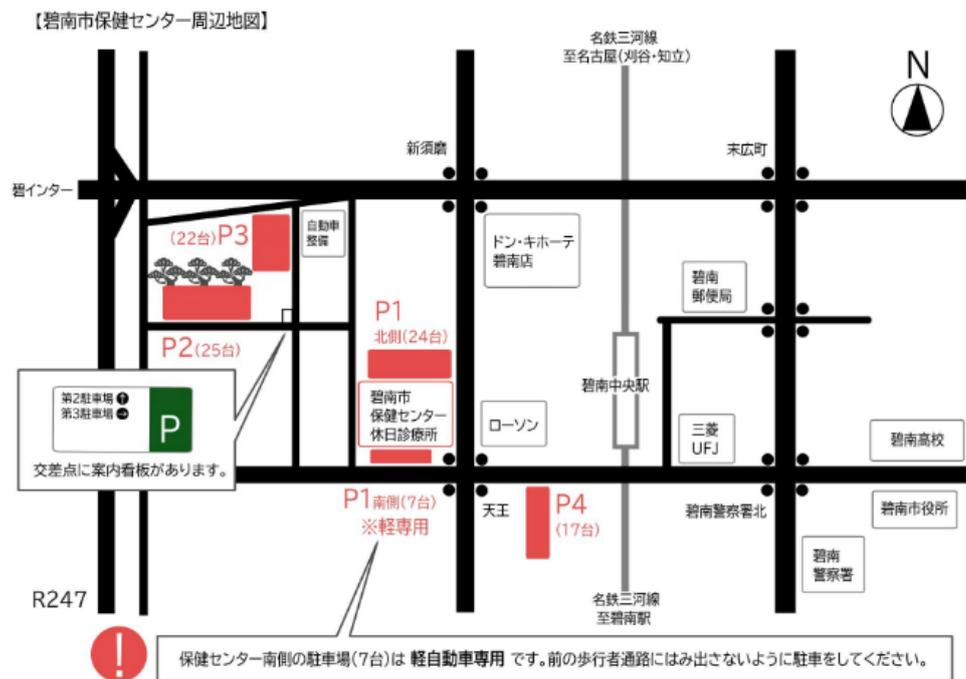
## 保健センターからのおねがい・・・

- ▽お母さんと生後5か月までの赤ちゃんのためのサロンです。6か月を過ぎたお子さんの同伴や市外の方の参加は遠慮していただいています。
- ▼お茶以外の飲み物・食べ物は持ち込まないでください。
- ▽託児（お預かり）をするためのサロンではありません。
- ▼汚れたオムツを捨てる場所が保健センターにはありません。ご自宅にお持ち帰りいただきます。ご協力をお願いします。
- ▽身体計測のみのご利用目的での参加は、ご遠慮ください。（育児相談をご利用ください。）
- ▼バスタオルを忘れた場合の貸出しはありません。また、忘れた方への身体計測は中止させていただきます。
- ▽お子さんやお母さんの体温と体調の確認をして、お出かけください。体調がよくない時の参加は、ご遠慮ください。
- ▼開催日当日、午前8時に暴風警報が発令されている場合は、サロンの開催を中止させていただきます。

## 参加するには・・・

- ▽予約は必要ありません。サロン開催日に保健センターの3階へお越しください。
- ▼サロンの時間中（10時～11時30分）は、自由に入出入りできます。

## 保健センターの場所と駐車場



問い合わせ先：碧南市保健センター（母子保健係）

電話（0566）48-3752