

スポーツに興味のある子どもたち & 保護者の皆さん

スポーツ教室を開催します

市総合体育館 ☎833-4061、くろしおアリーナ ☎878-1150

申込方法・参加料など、詳しくは市スポーツ振興事業団 HP をご覧ください。

| 対象 | 教室名 | 日程 |
|------------|----------------------|-----------------------------------|
| ①年中児・年長児 | キッズからだづくり教室 (2期) | 10月26日(休)から毎週木曜日 16時15分~17時、全8回 |
| ②年中児~小学3年生 | キッズ&ジュニア ポンポンダンス教室 | 10月31日(休)から毎週火曜日 17時半~18時半、全8回 |
| ③小学1~3年生 | 小学生からだづくり教室 (低学年・2期) | 10月26日(休)から毎週木曜日 17時半~18時半、全8回 |
| ④小学生 | 小学生バドミントン教室(2期) | 10月6日(金)から毎週金曜日 17時15分~18時45分、全8回 |

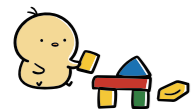
※申し込み締め切りは①~③は10月2日(月)21時必着、④は9月19日(火)21時必着で郵送または窓口へ直接。
※①③は11月23日(木・祝)は休み。④は11月3日(金・祝)・10日(金)は休み。

就学前の子どもの保護者 & 妊娠中の皆さん

地域子育て支援センターで遊ぼう!

市内16カ所にある地域子育て支援センターは、就学前のお子さんとその保護者が遊んだり交流したり、子育てについて相談したりできる場所です。季節の行事や育児講座などもあります。詳しくは子ども育成課 HP をご覧ください。

- どの施設も開設時間中はいつ来て、いつ帰っても自由です。
- 育児講座や行事は予約が必要な場合があります。事前に電話などで各施設にご確認ください。



各地域の子育て支援センターはこちら▶
詳細 子ども育成課 ☎823-9482

子どもと一緒にものづくりを楽しみたい方

オリジナルブックカバーを作ろう!

簡単に作れるオリジナルブックカバーで、読書の秋を楽しみましょう。どなたでも参加できます。

日時 9月18日(月・祝) ①10時~12時 ②14時~16時
場所 自由民権記念館 1階 研修室 (棧橋通 4-14-3)
定員 各回先着 10人
料金 各回 500円
申込 9月5日(火)9時から、電話で。月曜日は休館 (祝日の場合は翌日休館)。

詳細 自由民権記念館 ☎831-3336

子育てコラム ひよこ豆知識

母子健康手帳
活用していますか

母子健康手帳をめぐってみると、妊娠中の健康状態の経過、お子さんの出生や発育の記録、健診、予防接種の履歴などが記録できることが分かります。

病院が記入するページだけではなく、保護者が記入できるページもありますので、健診時に質問したいことや、妊娠・出産・子育て中の気持ちを記録しておくことができます。また、妊娠中の生活についてのアドバイスや、赤ちゃんがどのように成長するのかといった情報も載っているので、育児のサポート資料としても使ってもらえます。

お子さんの予防接種や今までかかった病気などの記録は、かかりつけ医が変わったときや、入園・入学時の健康診断の参考として必要になる場合もあります。大きくなると出番は少なくなりますが、大切に保管しましょう。

母子健康手帳はお母さんとお子さんの成長を記録できる「世界に1冊だけの手帳」。初めて立った日、初めて話した言葉など、その時の様子や保護者の気持ちを記入して、愛情いっぱいの子育てを残してみませんか。

(母子保健課 保健師)



子ども向け 犬や猫の飼い方教室



犬や猫を家族に迎える前に、親子で学べる飼い方教室へ参加しませんか。高知市オリジナルのテキストを使って、動物の気持ちを想像したり、動物の幸せについて考えたり、飼い主のマナーとルールについて勉強したりします。



対象 犬や猫を飼っている、またはこれから飼う予定、動物に興味のある小学生とその保護者(親子参加)

日時 9月10日(日)10時~11時

場所 オーテピア4階 集会室

定員 先着20組

申込 9月8日(金)までに、電話で。

申詳 生活食品課 ☎822-0588



親子どろめ料理教室



市内でとれるどろめについて親子で学び、料理(釜揚げちりめん丼、どろめ汁、どろめかき揚げ)もできる教室に参加してみませんか。

対象 市内在住の小学生(保護者同伴)

日時 10月1日(日)10時から ※雨天決行

場所 春野漁港内(春野町甲殿)

※屋外での教室です。

定員 親子50人

申込 9月15日(金)17時までに、電話またはメールで。応募多数の場合は抽選。申込方法など、詳しくは農林水産課 HP をご覧ください。

ほか エプロン、三角巾を持参。

申詳 農林水産課 ☎823-9458

☎ kc-270200@city.kochi.lg.jp



あなたの 子育てを 応援し隊

子育て中の皆さんにお役立ち情報をお届けします。

※料金の表示のないものは無料です。

子育てに関する問い合わせ先

▶ 妊娠期から乳幼児期までの相談
母子保健課 ☎855-7795

▶ 子どもの発達に関する相談
子ども育成課 ☎823-9552

▶ 夜間に病院へ行くか迷ったら
こうちこども救急ダイヤル
☎ #8000 または 873-3090

すくすく健康ひろば

日本脳炎の 予防接種

日本脳炎は、ブタなどの体内で増えたウイルスが蚊によって媒介される感染症です。計4回の定期予防接種で予防しましょう。なお、平成19年4月1日以前に生まれた20歳未満の方で、4回の接種がお済みでない場合は、特例措置として接種が受けられます。詳しくは母子保健課に電話(☎855-7795)で。

定期予防接種 予診票の再発行

定期予防接種の予診票を紛失・破損・汚損等した場合の再発行について、電子申請による手続きが可能になりました。申請から1週間ほどで再発行します。詳しくは母子保健課 HP をご確認ください。



出産・子育て応援 給付金

妊婦・子育て家庭が安心して出産・子育てができるよう給付金を支給しています。支給額は、妊娠1回につき5万円、対象の出生児1人につき5万円です。対象の方には申請書を発送またはお渡ししています。要件など詳しくは、母子保健課 HP または電話(☎855-7795)で。

| 内容 | 日時 | 場所 | 申し込み |
|---------------|---|------------------------------------|---|
| 妊産婦・子育て相談はぐくみ | 9月11日(月) 9月29日(金) 10時~11時半 10月2日(月) | 保健福祉センター 東部健康福祉センター 保健福祉センター | 不要 |
| パパママ教室 | 10月16日(月) 10時~12時 | 保健福祉センター | 10月2日(月)~6日(金)9時~18時、市コールセンターに電話(☎822-8111)で。 |
| 離乳食教室 | 9月8日(金) 10時半~12時 | 総合あんしんセンター | 不要 |