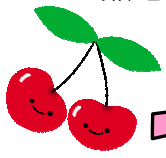


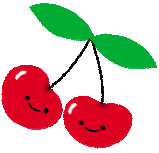
参加希望の方は、必ずお申込み下さい！

県地区にお住いの令和5年4月2日以降に生まれたお子さんと保護者の方へ

飯田市保健課・県公民館



さくらんぼ学級（0歳児）のお知らせ



子育ての楽しい・うれしい・心配などをみんなはどうしてる？を聞いて、保護者同士で情報交換する時間もあります。ひとりで悩まずに参加者のみなさんやスタッフに気軽に相談してくださいね。

月	日	曜日	内 容	持ち物
10	10	火	はじめまして ～自己紹介とふれあいあそび～	
11	1	水	みんなでおしゃべりタイム	
12	6	水	おっぱいの話 講師：松原千尋助産師	
1	12	金	骨盤ケアでからだを整える 講師：宮澤恵子助産師	運動のできる支度
2	5	月	離乳食について考えよう 講師：栄養士	
3	7	木	～成長の記録を残そう～ 足形をとろう	はさみ、のり、足を拭くもの、写真、マジック等

時 間 10:00～11:00（受付9:45～）

*体重測定希望の方は、測定が10時までに終了するよう早めにお出かけください。

会 場 県公民館4階大会議室（県中平1339-5）

持 ち 物 バスタオル、母子手帳、お出かけグッズなど

スタッフ 松村由美子保育士、保健師、栄養士 など



★次の場合はお休みをお願いします★

- ・風邪症状や体調不良（37.5度以上の熱・咳・鼻水・嘔吐・下痢等）がある場合
- ・新型コロナウイルスに感染し10日間を経過していない場合
- ・同居家族が新型コロナウイルスに感染し、7日間経過していない場合

* お休みする時は、電話をしていただき、次回の確認をしてください。

* 感染症流行の状況により変更や中止にする場合もありますのでご了承ください。

<申込み・問い合わせ先> 途中からでも大歓迎！参加希望の方はお申込みください。

飯田市役所県自治振興センター（☎22-7100）保健師 久保田・湯沢まで