



## 参加者の声

引っ越したばかりで何も分からず不安でしたが、近くに住んでいる人と話ができ、安心しました。近くの子連れでいける場や相談場所も知ることができてよかったです。

ひよこ会で、同じ月齢の赤ちゃんを持つママと話ができて、育児に参考になる話が聞けました。大変なのは自分の子だけじゃないと分かり、気持ちが楽になりました。



### 保健師からのメッセージ

子育ての仲間や先輩の経験を **見て** **聞いて** **体験** しよう!

ひよこ会などの場で周囲の親子の様子を見たり、いろいろな経験談を聞いたり、時には一緒に体験することで、ちょっとした育児の疑問に対するヒントが得られるかもしれません。また、いつものお家とは違う場所で家族以外の人とふれあう経験は、お子さんにとって刺激がたくさん感じられる時間となり、成長にもつながります。



地域の民生委員さん、主任児童委員さん、保健活動推進員さんなども会場でお待ちしております。積極的に地域の遊び場などへ出かけて、声を掛け合える知り合いを増やしてみませんか。



子育てで困ったこと、心配なことがあれば保健師までお気軽にご相談ください。



子育ての遊び場、相談や仲間づくりの場は、「とつか子育て応援ガイドブック まっぴい」で紹介しています。



とつか子育て応援ガイドブック まっぴい



## 戸塚区

# ひよこ会 赤ちゃん教室



ひよこ会って？

0歳の一人目のお子さんとママ・パパの集まる場所です。保健師に子育ての相談もできます。



どんなことをするの？

### ● 育児に関するお話

- ・授乳や産後の体のケア
- ・赤ちゃんとの生活について
- ・離乳食
- ・お口のお手入れ
- ・事故予防

### ● ふれあいあそび



### ● ママ・パパ 同士の交流



### 日時と場所

月1回程度 10:00~11:30  
お住まいのエリアごとの会場

詳細は中面・別紙日程表をご覧ください

### 対象者

区内在住の第一子（0歳児）のお子さんと保護者  
妊婦さんの見学もできます

### 持ち物

バスタオル・オムツ・ミルクなど・その他お出かけに必要なもの

### 申込み

戸塚区ホームページをご確認ください

戸塚区ひよこ会



### お願い

- 1 横浜気象台により、気象警報（大雨・洪水・大雪・暴風・暴風雪）と大雪注意報が事業開始2時間前の時点から開始までに発表・継続している時は、事業は中止となります。なお、その後警報解除となった場合でも事業の再開及び振替開催は行いません。
- 2 その他、施設の状況により利用上の留意点（予約の有無など）が異なります。

詳細は戸塚区ホームページを必ずご確認の上、ご参加ください。

### 問合せ

戸塚区福祉保健センター こども家庭支援課  
横浜市戸塚区戸塚町 16-17 TEL / 045-866-8469 FAX / 045-866-8473