

とっかっこ広場

妊娠、出産、子育てを **パパ** も一緒に過ごすために

「父親であることを楽しむためのコツ」を知って、ママと一緒に子育てしましょう



Webサイトで

ヨコハマダディ



「はじめはパパも赤ちゃんと一緒に、みんな0歳からのスタートライン。」  
そんなあなたを応援する横浜発ヒト、コト、モノをまとめたパパ向けお役立ち情報発信サイトです。



▲詳しくはこちら

冊子で



これまで横浜市で子育てしてきたパパたちによる心得や育児を楽しむ姿など、これからパパになるあなたに伝えたい情報が載っています。



▲ダウンロードはこちらから

戸塚区にお住まいの人へ

母子健康手帳の交付時に「妊娠出産子育てマイカレンダー」をお渡ししています。

お渡しの際には、カレンダーを使って、ママの妊娠中の過ごし方や必要な手続き、おすすめの講座をプランニングします。



▶さらに

マイカレンダーには「パパカード」がついています。先輩パパからのメッセージ、心得5か条、パパが学べるお役立ちサイトを紹介しています。ぜひ、お名前のあるところには、パパの名前を書いてみてください。



▶他にも

区内で開催されるパパも参加できる教室もあります。ぜひお問合せください。

問 区役所こども家庭支援担当 (Tel) 866-8470 (Fax) 866-8473

健診・相談のお知らせ(要予約)

↓ 申問 問 で区役所健康づくり係へ (問)866-8426~7 (Fax)865-3963)

個別健康相談

- 健康相談: 高血圧、脂質異常症、糖尿病、肥満などの生活習慣改善のアドバイス
- 禁煙相談: たばこをやめたい人へ個別に支援

問 1月19日(金)午前・23日(火)午後、2月2日(金)午前・6日(火)午後

問 区役所5階 健康相談室 問 市内在住

※電話申込ができない人は、問可 (問要事項) と相談内容を記入)

※1人あたりの相談時間は1時間以内

イベントなどは中止・変更となる場合がありますので、問い合わせ先に確認してください。

子どもの相談・教室(要予約)

↓ 申問 問 1月11日から 問 か 問 (問要事項) と相談内容を記入) で区役所健康づくり係へ (問)866-8426~7 (Fax)865-3963)

乳幼児食生活相談 区内在住の0歳~未就学児の食生活などの個別相談

問 2月7日・21日(水)9時~11時 問 区役所5階 栄養相談室 問 母子健康手帳  
※1人あたりの相談時間は45分以内

「離乳食教室」 離乳食(2回食)に関する講話、実演(試食あり)

問 2月21日(水)13時30分~14時30分 問 区役所5階 栄養相談室 問 区内在住の7~8か月児と保護者: 先着14組 問 だっこひも、赤ちゃん用エプロン、赤ちゃん用スプーン

「はじめての歯みがき教室」 はじめての歯みがきと離乳食(1回食)のお話

問 2月9日(金)10時~11時30分 問 区役所5階 問 区内在住の4~6か月児と保護者: 先着15組 問 母子健康手帳、バスタオル(おむつ交換の際に使用)



今月は本紙8-9ページの目標17について考えてみよう

SDGsとは?

世界中すべての人が、この地球で暮らし続けていくために、17の目標と169のターゲットから構成される、2030年までに達成すべき目標です。



問 区役所企画調整係 (問)866-8327 (Fax)862-3054)

編集後記



あけましておめでとうございます。お年玉アンケート、ぜひぜひ、ご応募ください!

編集・発行 区役所広報相談係 (問)866-8321 (Fax)862-3054)

