



初産婦さんに
おすすめ!

令和7年度

ママや赤ちゃんの
お友達づくりに!



すくすく育児教室 (要予約)

対象児 出生月	R6年 12月生	R7年 1月生	R7年 2月生	R7年 3月生
開催月	R7年 4月	R7年 5月	R7年 6月	R7年 7月
1回目 楽しく子育て 赤ちゃんマッサージ ママと赤ちゃんの交流タイム	24日(木)	8日(木)	5日(木)	17日(木)
2回目 離乳食の進め方 栄養士の話 離乳食に触ってみよう	30日(水)	29日(木)	26日(木)	31日(木)

時間 10:00~11:30
(受付9:45~10:00)

場所 沼津市保健センター
対象 生後3~4か月の赤ちゃん和妈妈

持ち物 母子健康手帳、バスタオル、
赤ちゃんに必要なもの(おむつ、ミ
ルク、お湯など)

申込方法 こちらから



1回目の教室では、助産師による母乳相談も実施しております。

- ★感染性のある病気等に罹患している場合や、体調が優れない場合は参加を控えてください。
- ★会場では常時換気を行っておりますので冷暖房が非常に効きにくい状態です。服装にご留意ください。

お問合せ 沼津市保健センター

電話055-951-3480