



初産婦さんに  
おすすめ！

# 令和8年度

# すくすく育児教室（要予約）

ママや赤ちゃんの  
お友達づくりに！



対象児 出生月	R7年 12月生	R8年 1月生	R8年 2月生	R8年 3月生
開催月	R8年 4月	R8年 5月	R8年 6月	R8年 7月
<b>1回目</b> 離乳食の進め方 栄養士の話 離乳食の試食	9日(木)	7日(木)	9日(火)	7日(火)
<b>2回目</b> 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	30日(木)	28日(木)	25日(木)	23日(木)

時 間 1回目 10:00～11:00  
2回目 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か月の赤ちゃんとその保護者

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

2回目の教室では、助産師による母乳相談も実施します。

※R7年度は1回目「楽しい子育て」2回目「離乳食のすすめ方」と内容が逆になっています。R7年度にご参加される場合はご注意ください。

- ★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

