

母子健康センターからのお知らせ



マタニティクラス

かわいい赤ちゃんを迎えるための、妊娠、出産について学ぶ教室です。分からない事、心配な事、何でもご相談ください。たくさんの参加をお待ちしています。

対象 本町在住の妊婦さん

申込締切 各開催日の前日までに、ご連絡ください。
コース途中での参加もできます。
開催日は、日程の近いものから掲載しています。

時間 午後1時から午後2時30分

開催日	内容	担当者
10月20日(水)	- お腹の中で育つ赤ちゃんの様子 - 妊婦さんの生活や食事について	管理栄養士 助産師
10月27日(水)	- 妊婦さんに必要な野菜の量って？ - 妊娠中のお口ケア	管理栄養士 歯科衛生士 助産師

※母子健康センター事業は、新型コロナウイルスの感染リスクを抑えるため、少人数での開催となります。参加人数が多い場合は、人数や日程を調整させていただく場合がありますのでご理解をお願いします。

なお、新型コロナウイルスの感染状況により事業を中止する場合があります。

インファントマッサージ教室

お母さんと赤ちゃんの絆を深めるための、オイルを使用したマッサージです。

時間 午前10時から午前11時30分

対象 1歳未満のお子さんとお母さん

料金 1回
町内に住所のある方 1,000円
その他の方 2,000円

申込締切
10月15日(金)

11月コース

全4回

11月4日(木)
11月11日(木)
11月18日(木)
11月25日(木)

母子健康手帳の交付

病院で分娩予定日が確定した方は、交付日程を調整しますので、事前に電話連絡をお願いします。また、手帳の交付にはマイナンバーの記載等が必要となりますので、マイナンバーカード等マイナンバーを確認できるものをお持ちください。不明な点は、お問い合わせください。

母子健康センターでは、24時間電話相談を受け付けています。妊娠中から赤ちゃんの事など困ったときは、いつでもご利用ください。



問合せ／母子健康センター

TEL 75-2262 FAX 75-0337

まるまる協力隊の〇〇な話

三原 萌佳



別海町酪農研修牧場
Instagram



そして、私の生活拠点でもある研修牧場の出来事でいうと「牛さんの乳搾り」ができるようになるまでレベルアップしました。牛に触れた事もなかった酪農未経験の私が、研修生やスタッフさんに支えられて貴重な日々を過ごしています。この経験を生かして、町内外への情報発信や魅力的なPR活動に努めていきますので、これからも応援よろしくお願いします。

こんにちは～お久しぶりです、三原です。

協力隊も4人いると、自分の出番まで間隔が空いているので、皆さんに忘れられていないか心配です。

さて、大阪から別海町に来て約半年経ちましたが、まずは真夏の短さにビックリ。8月でも寒い日が続く、ストーブをつけたのは衝撃体験です。大阪にいる友達とZOOMをつないだ際、モコモコの部屋着姿の私を見て「寒暖差あり過ぎて、同じ日本にいるとは思えへんわ!」と言われました(笑)



10月のUshi-caオープン日 交流館ぷらと1F (キヨスク跡地から隣に移動)
6日、7日、8日、13日、14日、15日、20日、21日、22日、27日、28日、29日

(水曜日、木曜日、金曜日 午前9時から午後5時)

※業務の状況の変更などで急きょ変更する場合があります。