回覧

あかちゃんの タッチケア講座

助産師・保健師に個別の育児相談もできます♪



タッチケアって？

赤ちゃんと親が見つめ合い、語りかけながら赤ちゃんの素肌にしっかりと触れてあげたり、マッサージをしてあげたりするスキンシップの方法の1つです。

✿対象　歩き出す前の赤ちゃんとその保護者

✿講師　中野　明子さん（助産師）

【日　時】 **令和8年12月1日（火）　午前10時～11時**

【場　所】 **岡田地区福祉ひろば**（松本市岡田町517－1）

【持ち物】 ✿タオル
✿ベビーオイルまたはボディクリーム（普段使っているものをお持ちください）
✿母子手帳（計測をご希望の方のみ）

【服　装】 保護者の方はズボンでお越しください

【申込み】 11月27日（金）正午まで

～申し込み方法～

・岡田公民館（☎46-2313）へ電話申込み

・ウェブから申込み（右記 QR コードまたは下記 URL から）

https://logoform.jp/form/N7tm/1828137

※定員 10 組とさせていただきます。定員超えましたら抽選とさせていただきます。必ず事前にお申込みをお願いします。

【その他】 ✿　参加費は無料です。
✿　発熱や体調不良のある方は参加を控えていただくようお願いします。
✿　講座中、市が刊行する広報誌、ホームページ、SNS 等に掲載・公開するための写真及び動画を撮影します。撮影した写真等は広報等での公開、市の記録以外の目的には使用しません。参加者が特定されないよう配慮して撮影しますが、撮影そのものに支障がある場合は、前日までに岡田公民館へお伝えください。



ひろばや公民館を
利用したことない方も
大歓迎!!

主催：岡田地区福祉ひろば、岡田公民館
松本市保健所健康づくり課

これから離乳食を始める皆様へ

松本市では、「公式ホームページ」「公式 You Tube チャンネル」にて、
離乳食の進め方やポイントなど、離乳食に役立つ情報をお伝えしています。
ぜひ、ご覧ください♪

離乳食の情報はこちらをチェック！

松本市ホームページ
☆「すくすく離乳食動画」

☆「にこにこ赤ちゃんの栄養と食事」
離乳食の作り方動画を随時更新

【歯科相談・栄養相談】



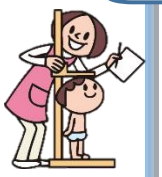
歯科衛生士・管理栄養士による
無料の個別相談を行っています。※要予約

時　間:午前９時～11 時 30 分
場　所:北部保健センター(☎38-7677)
日　程:第1・3火曜日
★他の市内保健センターでも実施しています
持ち物:母子手帳、バスタオル(計測希望の方)

おかだ子育て応援マップ



岡田地区健康相談



場所：岡田地区福祉ひろば
日時：毎月第４月曜日
　　午前９時 30 分～11 時

のびのびの日



場所：岡田地区福祉ひろば
日時：毎週金曜日
　　（祝日・年末年始は除く）
　　午前 10 時～午後５時
✿ 親子のためのひろば開放日！
　広いお部屋でのびのび遊ぼう♪

お昼ご飯も一緒に食べられます。
（お弁当はご持参ください）
月に１回イベントあり！
詳しくはひろばだよりをご覧ください



つどいの広場

場所：岡田児童センター
日時：月～金曜日（祝日・年末年始を除く）
　　午前９時～午後２時
✿ 未就園児を対象に、親子で気軽に集い、
　交流ができる場所です。

【問い合わせ】 松本市保健所健康づくり課 北部保健センター　（0263）38-7677