

妊産婦・子育て相談 はぐくみ

実施時間 10:00~11:30

※相談がある方は、**11:10**までに受付へお越しください。

妊娠中や産後の生活（体調，食事，過ごし方など）や授乳，お子さんの発育・発達・育児上の悩み，離乳食の進め方などについて，栄養士・歯科衛生士・保健師・助産師が相談に応じます。お子さんの身体測定のための参加も可能です。

*母子健康手帳をお持ちください

*申込不要・無料



*妊婦さんへ
赤ちゃんの様子を見学に来ませんか？

西部健康福祉センター (地域子育て支援センター ばけっとランド内)	令和7年 4月21日(月)	8月18日(月)
	10月20日(月)	令和8年 2月16日(月)
東部健康福祉センター (地域子育て支援センター くすくすひろっぱ内)	令和7年 6月27日(金)	9月26日(金)
	11月28日(金)	令和8年 1月16日(金)
保健福祉センター (地域子育て支援センター こもればいテラス内)	令和7年 5月19日(月)	7月14日(月)
	12月15日(月)	令和8年 3月16日(月)

高知市内 16 箇所にある地域子育て支援センターでの身体計測，育児相談の日程等



※地域子育て支援センター毎に，日程，申込要否等が異なります。ご確認をお願いします。

離乳食教室

実施時間 10:30~12:00

離乳食は赤ちゃんにとって，初めての食べ物との出会いです。本教室では，栄養士と歯科衛生士の講話の中で，赤ちゃんのお口の発達に応じた食べ方や離乳食の説明を行います。また，個別の相談にも応じます。

*母子健康手帳をお持ちください

*申込不要・無料

*赤ちゃんといっしょに参加できます
*託児はありません



紹介するレシピや作り方の動画は
ホームページでもご覧いただけます



総合あんしんセンター (2階)	令和7年 4月11日(金)	5月30日(金)	6月20日(金)	7月18日(金)	8月29日(金)	9月19日(金)
	10月31日(金)	11月21日(金)	12月19日(金)	令和8年 1月30日(金)	2月27日(金)	3月13日(金)
西部健康福祉センター (3階)	令和7年 6月6日(金)	11月7日(金)	令和8年 2月13日(金)			
東部健康福祉センター (3階)	令和7年 7月25日(金)	10月24日(金)	令和8年 1月23日(金)			