

# 子育て教育

## 7月の休日ゆりかご調布面接

日時	場所	定員	申し込み締め切り
9日(土)午前	健康推進課	申し込み順7人	8日(金)正午
24日(日)午後	子ども家庭支援センターすこやか	申し込み順5人	22日(金)正午

☑妊娠・出産・子育てに関する相談や利用できるサービスなどの紹介、育児ギフトのプレゼント。同時に母子健康手帳を交付

☑オンライン面接や母子健康手帳の郵送交付も実施。面接は予約制。詳細は市☎参照

☎☎7月6日(水)午前9時から電話で健康推進課☎441-6081または、すこやか☎481-7733

## わくわく育児教室「こあらクラス」



☎8月2日(火)午後1時30分～3時

☎文化会館たづくり西館保健センター2階  
☎令和3年11月～令和4年1月生まれの子どもと保護者 ☎子どもの発育、生活リズム、離乳食、上手な食べさせ方など ☎申し込み順30組

☎☎7月6日(水)午前9時から健康推進課☎441-6081へ電話または電子申請から申し込み

## 8月のもうすぐママ・パパ教室

コース名	内容	日時	実施場所
1回コース	赤ちゃんのお世話など	13日(土)午前	保健センター
3回コース	赤ちゃんのお世話 ママのからだのケア 産後の生活	13日(土)午後 15日(日)午後 22日(日)午前	

☎令和4年11月～令和5年1月に初めて出産を迎える母親・父親 ☎各申し込み順24組程度

☎☎電話で健康推進課☎441-6081

## 1歳児歯科教室

☎8月3日(水)午前 ☎文化会館たづくり西館保健センター1階 ☎令和3年7～8月生まれ

☎お口の健康、歯科健診、仕上げ磨きと幼児食 ☎申し込み順40人程度

☎☎7月7日(木)午前9時から健康推進課☎441-6081

## 「みる」子どもたちと映画寺子屋上映会 ちいさな映画館～Scene.36～

☎7月12日(火) ☎午前11時30分～午後1時30分(受付11時～)、午後2時～4時(受付1時30分～) ※各回同内容 ☎文化会館たづくり8階映像シアター

☎未就学児と保護者  
上映作品/  
「てんまのとらやん」  
(1971年/17分/カラー)  
☎申し込み順15組  
☎無料



☎飲食の提供なし。7月11日(月)までに申し込み結果連絡

☎☎氏名、連絡先を7月8日(金)までに電話またはEメールで、子どもたちと映画寺子屋・浅野☎090-7933-1263・☎kodomotachitoeigaterakoya@gmail.com (産業振興課)

## 子どもの才能発見&教育費セミナー

☎①7月25日(月)、8月1日(月)②8月30日(火)、9月6日(火)③9月21日(水)、28日(水) ☎①午後1時30分～3時②③午前10時～11時30分(各回同内容)

☎市民プラザあくろす3階研修室2

☎0歳～未就学児の保護者 ☎子どもの脳の発達に沿った子育てポイント、ライフプランの設計 ☎新美友佳子(ファイナンシャルプランナー・子育て診断士)

☎各回申し込み順6人 ☎1000円  
☎筆記用具、電卓、蛍光ペン(3色)

☎1歳～就学前(☎1000円(1人1回))  
☎7月7日(木)午前10時30分から電話または直接市民プラザあくろす指定管理者☎443-1211

(男女共同参画推進課)

## ほっとサロンしえいくはんず

男女共同参画推進センターHP



☎A産後のからだを知ろう!～骨盤トレーニングで“こころ”と“からだ”を整えよう～

産後の心身の悩みや不安をみんなで共有し、骨盤トレーニングで身体を整えましょう。

☎7月27日(水)午後1時10分～2時30分  
☎市民プラザあくろす3階ホール

☎産後・乳幼児育児中の女性  
☎吉田敦子(助産師・整体師) ☎動きやすい服装

☎赤ちゃんと一緒に参加も可(見守り保育あり)  
☎Bみんなで語ろうシングルマザーズルーム

ひとり親になることを考えている方やシングルマザー同士で、子育て、仕事、生き方などを語り合いませんか。同じシングルマザーのファシリテーターが進行します。

☎7月30日(土)午後2時～4時  
☎市民プラザあくろす3階研修室3

☎A・B共に  
☎申し込み順6人 ☎無料

☎1歳～就学前(☎7月6日(火)～13日(水))  
☎☎7月6日(火)午前9時から電話・Eメールで男女共同参画推進センター

☎☎443-1213・☎danjyo@w2.city.chofu.tokyo.jp (男女共同参画推進課)

## 令和5年度市内認可保育園障害児枠入園・子ども発達センター通園事業利用申込み説明会

☎8月9日(火) ☎☎午前10時～10時50分・通園事業について、11時～正午・保育園障害児枠について

☎☎文化会館たづくり8階映像シアター

☎令和5年4月から入園または利用を希望する、専門的支援が必要な平成29年4月2日～令和2年4月1日生まれの子ども保護者 ☎申し込み順40人

☎6カ月以上(☎申し込み順20人)  
☎7月11日(月)午前9時～29日(金)午後5時に受け付け。詳細は市☎参照

☎☎子ども発達センター☎486-1190

## 義務教育就学児医療証(☎医療証)の申請

小・中学生の児童の保険診療による医療費の自己負担額の一部を助成します。中学生に対しては所得制限があります。医療証をお持ちでない方が交付を受けるには申請が必要です。保護者の所得が制限内になった方は、早めに申請してください。対象となる方には、9月中旬以降に医療証を交付します。

☎申請方法は市☎参照、または問い合わせ  
☎☎子ども家庭課☎481-7093

## 令和4年度版子育て支援情報誌「元気に育て!!調布っ子」を配布

子どもの健康、各種手当や医療費助成制度、保育園・幼稚園・学童クラブなど、市の子育てに関する情報を掲載しています。

☎☎配布場所/子ども政策課(市役所3階)、健康推進課(文化会館たづくり西館保健センター4階)、神代出張所、子ども家庭支援センターすこやか、子ども発達センター、各図書館・児童館・公民館、ふじみ交流プラザ、プレイセンターちょうふ、子育てカフェaona、市民プラザあくろす  
☎☎子ども政策課☎481-7757



☎☎子ども家庭支援センターすこやか  
〒182-0022 国領町3-1-38 ココスエア2階  
☎☎481-7733(午前9時～午後5時) 専用☎あり

## 令和4年度下半期(10～3月)のトワイライトステイ事業利用会員登録申請

就業などで保護者の帰宅が恒常的に遅い場合に、平日の午後5時から10時まで、子どもを預かります。☎市内在住の1歳6カ月～小学6年生 ☎各日16人

☎☎申請書(すこやか窓口で配布、またはすこやか☎から印刷可)を7月15日(金)～8月15日(月)に直接すこやかへ持参

## 国際ソロプチミスト 東京一調布から

## 児童館へタブレット端末を寄贈

6月16日、国際ソロプチミスト東京一調布から、タブレット端末(iPad)2台をご寄贈いただきました。ご寄贈いただいた品物は、青少年ステーションCAPSを利用する、中学・高校生が使用します。(児童青少年課)



左:美野会長  
右:長友市長

## 「人生100年時代」のフレイル予防

☎☎高齢者支援室☎481-7150

年齢を重ね、筋力や心身の機能、活力が衰えてきた状態を「フレイル(虚弱)」といいます。自分で身の回りのことができる元気な状態と要介護状態になる間の段階のことで、そのまましていると日常生活に不自由をきたすおそれがあります。

- 【予防1 病気と上手につき合う】
- 持病があれば治療を続け、悪化を防ぐ
  - 年に1回健診を受ける
  - 定期的にかかりつけ歯科医療機関で口腔内の確認や清掃、指導を受ける
- 【予防2 筋力や心身の機能を保つ】  
おすすめの3つのポイントを心がけましょう

運動	栄養・おくち	人とのつながり(社会参加)
動かない時間なるべく減らす	1日3食をバランス良く食べ、おくちのお手入れも忘れずに	電話や手紙、SNSでのちょっとした会話の交流も大切です

## 新型コロナウイルス感染症に関する情報

感染症対策のため、各施設・事業はサービスなどを一部制限して開館・実施しています。利用・参加を予定している方は、事前にお問い合わせいただくか、市☎や主催団体☎などで最新情報をご確認ください。また、マスク着用などの感染症対策をした上で利用・参加をお願いします。



市HP