



妊婦さんも参加できます

令和8年度 ママと赤ちゃんの相談会

助産師・栄養士・歯科衛生士が、テーマ毎にミニ講話を行い、妊婦さんや保護者の悩み相談に応じます。会場には保健師もいます。妊娠や出産の不安、産後の体調、育児の悩みなどについて相談したい方は、お気軽にご参加ください。

◆テーマ・講師

テ ー マ	講 師
ママと赤ちゃんのわくわく母乳講座 ～母乳育児や産後のおっぱいの悩みや授乳について～	助産師
ママと赤ちゃんのもぐもぐ食事講座 ～妊娠中の食事のポイントや離乳食などについて～	栄養士
ママと赤ちゃんの歯っぴい講座 ～妊婦さんと赤ちゃんの歯の健康について～	歯科衛生士

◆日程・会場など

【地域子育て支援センターでの開催】

- ・対 象 妊婦さんまたは0歳の赤ちゃんと保護者（帯広市民）
※第2子以降の方も参加できますが、1歳以上のごきょうだいは参加できません
- ・時 間 10:00～11:10
- ・申込み 事前にご希望の地域子育て支援センターへ予約（連絡先は裏面参照）
- ・日程・会場・テーマ（6か所の地域子育て支援センターで実施しますがテーマごとの内容は同じです）



日程	会場	テーマ
令和8年5月21日（木）	いなだ	食事
6月10日（水）	もりのこ	歯
6月23日（火）	つばさ	母乳
7月8日（水）	もりのこ	母乳
7月24日（金）	すずらん	食事
7月27日（月）	こでまり	母乳
7月30日（木）	あじさい	食事
8月25日（火）	つばさ	食事
9月8日（火）	つばさ	歯

日程	会場	テーマ
令和8年9月17日（木）	あじさい	歯
10月15日（木）	あじさい	母乳
10月23日（金）	すずらん	歯
10月28日（水）	もりのこ	食事
11月5日（木）	いなだ	母乳
11月16日（月）	こでまり	食事
令和9年1月22日（金）	すずらん	母乳
2月8日（月）	こでまり	歯
2月18日（木）	いなだ	歯

【保健福祉センターでの開催】

- ・対 象 妊婦さんまたは0歳の赤ちゃんと保護者（帯広市民）
※1歳以上のごきょうだいも一緒に参加できます
- ・時 間 10:00～11:10
- ・会 場 保健福祉センター2F（東8条南13丁目）
- ・申込み 事前に健康推進課へ予約
（☎0155-25-9722 / 受付時間 平日9時～17時）
- ・日程・テーマ

日程	テーマ
令和8年5月22日（金）	歯
5月29日（金）	母乳
6月5日（金）	食事
8月28日（金）	母乳
11月6日（金）	歯

日程	テーマ
令和8年12月4日（金）	食事※
※調理実習を行います →	
令和9年1月29日（金）	歯
2月5日（金）	母乳
3月5日（金）	食事



離乳食調理実習

内容：さつまいも汁（予定）の調理、試食（大人のみ）
個別相談

日時：12月4日（金）
10:30～11:40

場所：保健福祉センター

定員：先着8組

申込：11月2日～11月30日
までに健康推進課へ予約

持ち物：エプロン、三角巾

※託児がありますのでご利用下さい。抱っこ紐使用での調理は危険ですのでご遠慮願います。



「ママと赤ちゃんの相談会」

会場のご案内 (地域子育て支援センター)

「ママと赤ちゃんの相談会」の会場である地域子育て支援センターは、下記のとおりです。
「ママと赤ちゃんの相談会」は、第1子で0歳のお子さんと保護者、妊婦さんの広場である「びよびよ広場」を会場として実施しております。

そのため、第2子以降の方も参加できますが、上のお子さん（1歳以上）は参加できませんのであらかじめご了承ください。

「ママと赤ちゃんの相談会」について、日程や講座内容は裏面をご覧ください。

【地域子育て支援センター】

会場	住所	電話番号
地域子育て支援センターつばさ	西22条南3丁目13-1	41-6800
地域子育て支援センターこでまり	西14条北2丁目1	38-2690
地域子育て支援センターもりのこ	大空町1丁目12	49-2005
地域子育て支援センターいなだ	西15条南40丁目2-1	67-6088
地域子育て支援センターすずらん	柏林台西町5丁目1	36-3245
地域子育て支援センターあじさい	東9条南19丁目1-1	67-6231

※感染症の発生又は天候及び災害などの状況により、中止・内容を変更することがありますので、ご了承ください。開催日は、施設ごとに異なるため、市のホームページをご覧ください。各会場へお問い合わせください。

