






令和6年度

松阪市子育てカレンダー



内容・会場		時間	2024 4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	2025 1月	2月	3月			
妊婦	プレママ教室 (オンライン同時開催)	健康センターはるる	10:00~ 11:30		15(水)		17(水)			29(火)		29(水)			助産師、管理栄養士、歯科衛生士による妊娠中・出産のお話、ママ同士の交流 オンラインでもご参加いただけます(要予約)		
	パパママ教室 【生活体験編】	健康センターはるる	9:30~ 11:45	20(土)	18(土)	15(土)	20(土)	17(土)	21(土)	19(土)	16(土)	21(土)	18(土)	15(土)	15(土)	パパが行う赤ちゃんのお風呂の練習と妊婦体験、保健師による赤ちゃんとの生活のお話(要予約)	
	パパママ教室 【一緒に子育て編】	嬉野保健センター	9:30~ 11:00		25(土)			24(土)			23(土)			22(土)		パパのための妊娠・出産・育児講座、助産師によるマタニティストレッチの紹介、交流など(要予約)	
産婦	新米ママ教室	健康センターはるる	13:30~ 15:00	1(月)	13(月)	3(月)	1(月)	5(月)	2(月)	7(月)	11(月)	2(月)	6(月)	3(月)	3(月)	子育てに役立つお話とふれあい遊びの紹介、ママ同士の交流(要予約) 対象:生後2~3か月の第1子のお子さまとママ	
		嬉野保健センター			15(水)		10(水)		18(水)		20(水)		15(水)		19(水)		
	オンライン ベビールーム	健康センターはるる	13:30~ 14:30			4(火)				1(火)				4(火)		生活リズムのお話と遊びの紹介(要予約) 対象:生後1~4か月のお子さまとご家族	
乳幼児 個別相談	乳幼児 健康相談	健康センターはるる	9:00~ 11:00	10(水)	8(水)	12(水)	10(水)	14(水)	11(水)	9(水)	13(水)	11(水)	8(水)	12(水)	12(水)	身体計測、育児や健康に関する相談	
		嬉野保健センター	9:30~ 11:00	5(金)		7(金)	5(金)	2(金)	6(金)	4(金)	1(金)	6(金)		7(金)	7(金)		
		徳和地区コミュニティセンター	9:30~ 11:10	3(水)	1(水)	5(水)	3(水)	7(水)	4(水)	2(水)	6(水)	4(水)		5(水)	5(水)		身体計測、育児や健康に関する相談(要予約)
		橋西地区市民センター		24(水)		26(水)	24(水)	28(水)	25(水)	23(水)	27(水)	25(水)	22(水)	26(水)	26(水)		
		ハートフルみくも 保健福祉センター		8(月)	13(月)	10(月)	8(月)		9(月)		11(月)	9(月)		10(月)	10(月)		
		飯南かんがるー (飯南ふれあいセンター内)	9:30~ 11:30	23(火)	28(火)	25(火)	23(火)	27(火)	24(火)	22(火)	26(火)	24(火)	28(火)	25(火)	25(火)		身体計測、育児や健康に関する相談 飯南かんがるーへ(0598-32-8111)(要予約)
	飯高やまっこ (やまなみこども園内)	9(火)		14(火)	11(火)	9(火)		10(火)	8(火)	12(火)	10(火)	14(火)		11(火)	身体計測、育児や健康に関する相談		
	こども 歯みがき相談	健康センターはるる	9:00~ 11:30	1(月)	8(水)	12(水)	1(月)	14(水)	11(水)	9(水)	11(月)	11(水)	6(月)	3(月)	12(水)	歯科衛生士によるブラッシングなどの個別相談 (お一人20分程度)(要予約) 対象:未就学のお子さまと保護者	
		嬉野保健センター	9:30~ 11:30			7(金)				6(金)			6(金)		7(金)		
		飯南・飯高管内						かんがるー 27(火)		やまっこ 8(火)							
	こども 栄養相談	健康センターはるる	9:00~ 11:30	10(水)	8(水)	12(水)	10(水)	14(水)	11(水)	9(水)	13(水)	11(水)	8(水)	12(水)	12(水)	管理栄養士による離乳食・幼児食などの個別相談 (お一人20分程度)(要予約) 対象:未就学のお子さまと保護者	
		嬉野保健センター	9:30~ 11:30	5(金)		7(金)	5(金)	2(金)	6(金)	4(金)	1(金)	6(金)		7(金)	7(金)		
幼児健診	1歳6か月児	健康センターはるる	12:45~ 14:30	25(木)	9(木)	27(木)	11(木)	22(木)	12(木)	24(木)	14(木)	12(木)	23(木)	13(木)	対象者に個別通知します 日程の変更はお問い合わせください		
	3歳6か月児		12:45~ 14:30	18(木)	16(木)	6(木)	4(木)	1(木)	5(木)	3(木)	7(木)	5(木)	16(木)	6(木)		6(木)	
内容・会場		時間	2024 4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	2025 1月	2月	3月			



内容・会場		時間	2024 4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	2025 1月	2月	3月		
乳幼児 子育て教室	離乳食教室 ごっくんコース	健康センターはるる	5(金)	10(金)	7(金)	5(金)	2(金)	6(金)	4(金)	1(金)	6(金)	10(金)	7(金)	7(金)	離乳食初期～中期のお話、調理実演、試食 対象：4～6か月のお子さま（要予約） 	
		嬉野保健センター	19(金)		28(金)		16(金)		18(金)		20(金)		21(金)			
	離乳食教室 もぐもぐコース	健康センターはるる	10:00～ 11:30	17(水)		19(水)		21(水)		16(水)		18(水)		19(水)		離乳食後期以降のお話、調理実演 対象：7～12か月のお子さま（要予約）
		嬉野保健センター			17(金)		19(金)		20(金)		15(金)		17(金)		21(金)	
	はるるベビー	健康センターはるる	①11:00～ 12:00 ②13:30～ 14:30	16(火)	21(火)	18(火)	16(火)	20(火)	17(火)	15(火)	19(火)	17(火)	21(火)	18(火)	18(火)	親子のふれあい遊び、子育てに役立つお話 【対象】 はるるベビー、ウレッピーベビー：0歳のお子さま はるるキッズ、ウレッピーキッズ：1歳のお子さま ハートフルベビーキッズ：0歳、1歳のお子さま ◎子育て支援センター出張ひろば「こんにちは赤ちゃん」も 兼ねています
	はるるキッズ		9:30～ 10:30													
	ウレッピーベビー	嬉野保健センター	11:00～ 12:00	23(火)	28(火)	25(火)	23(火)	27(火)	24(火)	22(火)	26(火)	24(火)	28(火)	25(火)	25(火)	
	ウレッピーキッズ		9:30～ 10:30													
ハートフルベビーキッズ	ハートフルみくも 保健福祉センター	10:00～ 11:00	10(水)	8(水)	◎12(水)	◎10(水)	14(水)	◎11(水)	9(水)	◎13(水)	◎11(水)	8(水)	◎12(水)	12(水)		
ふたごちゃん・ みつごちゃん サロン	健康センターはるる	10:00～ 11:30		24(金)		26(金)		27(金)		22(金)		24(金)		28(金)	多胎児のパパ、ママ同士の交流、 多胎児特有の悩みの共有、情報交換 対象：ふたごちゃん・みつごちゃんを妊娠中 または 子育て中（未就学）の保護者 ※お子さまも一緒に参加可（要予約） 	
はるる遊ぼうDAY	健康センターはるる	10:00～ 12:00	13(土)	11(土)	8(土)	6(土)	24(土)	28(土)	26(土)	9(土)	14(土)	11(土)	8(土)	8(土)	自由に遊べるコーナーの開設、 親子で楽しめるイベントの開催 イベントの内容は「広報まつさか」をご確認ください 	
内容・会場		時間	2024 4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	2025 1月	2月	3月		

〈 お問い合わせ先 〉



こども家庭センター (健康センターはるる内)	春日町一丁目19番地	TEL：0598-20-8087	開設時間 平日（土・日・祝を除く月～金） 午前8時半～午後5時15分
嬉野保健センター	嬉野町1434番地	TEL：0598-48-3812	
飯南地域振興局地域住民課	飯南町粥見3950番地	TEL：0598-32-8020	
飯高地域振興局地域住民課	飯高町宮前180番地	TEL：0598-46-7112	

～お申し込みはこちらから～

妊娠中



子育て中



松阪市
子育てガイド



各教室・相談は、上記QRコードか健康センターはるるで検索し、申し込みフォームよりお申し込みください。