

# 子ども・子育て

## 母子保健ガイド

### ①離乳食教室



**時対定**▷1回食への進め方=4月14日(火)午前10時30分~11時15分・11時30分~午後0時15分、おおむね4~5か月児の保護者、各回10人  
▷2回食への進め方=4月14日(火)午後2時30分~3時45分、おおむね6~7か月児の保護者、12人  
▷3回食への進め方=4月24日(金)午後1時30分~2時45分、おおむね8~11か月児の保護者、12人

※いずれも申込順  
**内**詳細は市ホームページをご覧ください  
**申**3月2日から、市ホームページで

### ②むし歯予防教室

**時**4月2日~23日の毎週木曜日午前9時から、9時30分から

**内**歯磨き練習、栄養相談など  
**対**令和5年9月~7年3月生まれの子ども  
**定**各回6人(申込順)  
**他**転入等で対象年齢を過ぎている場合はご相談ください

### ③両親学級

**時**4月18日(土)午前9時30分~正午

**内**妊娠・出産・育児の話、沐浴実習等  
**対**おおむね16~27週の妊婦・パートナーの方  
※妊娠週数は目安。初産婦のみ  
**定**44人(申込順)

### ④妊婦歯科教室

**時**4月18日(土)午前9時から、10時から、11時から

**内**歯科衛生士による歯磨き練習・各

種測定・個別相談等  
**対**おおむね16週~27週の妊婦  
**定**各回4人(申込順)  
**他**27週を超える方は、電話にてご相談ください

—◇共通◇—

**所**保健センター  
**申**②~④は3月2日から、電話で子ども家庭センター母子保健係(☎042-321-6296)へ

## 図書館東分室おはなし会

**時**3月14日(土)午前11時~11時30分

**所**公民館東分館  
**対**3歳~小学校低学年程度  
**定**10人(当日先着順)  
**問**図書館東分室(☎042-383-4550)

## ひがし子ども囲碁教室

**時**4月11日~令和9年3月27日の第2・4土曜日午前10時~正午(全24回)

**所**公民館東分館  
**講**小金井囲碁連盟  
**対**市内在住・在学の小学生  
**定**5人(多数抽選)  
**申**3月16日(必着)までに、往復はがきまたは直接、住所・氏名・学校名・新学年・保護者の氏名・電話番号を明記し、公民館東分館「ひがし子ども囲碁教室係」(〒184-0011東町1-39-1 ☎042-384-4422)へ

## 親子あそびひろば ゆりかご

ようこそゆりかごへ  
ゆりかごって、どんなところ?

**時**3月10日(火)午後2時30分~3時

**対**未就学児と保護者  
※プレママ・プレパパも参加可

**申**電話または直接、問合先へ

## エンジェル教室

リズム遊び、離乳食の話、同じ地域の方との交流等を通じて育児を学びます。

**時**①4月9日、23日②5月14日、28日③6月11日、25日いずれも木曜日午前10時~11時30分(各回2日コース)

**対**おおむね5か月児と保護者  
**申**①3月3日②4月1日③5月1日から、電話または直接、問合先へ

—◇共通◇—

**所**保健センター

**問**親子あそびひろばゆりかご(☎042-321-3141=日曜・月曜・祝日を除く)

## 親子あそびひろばゆりかご ボランティア募集

お子さんと遊ぶことや講座時の保育のボランティアをしていただける、子ども好きな方を募集します。

**他**ボランティアの日程や内容は相談可。事前ミーティング有り

**申**電話または直接、親子あそびひろばゆりかご(☎042-321-3141=日曜・月曜・祝日を除く)

## みんなで子育て応援ブック のびのびこがねいっ子

妊娠期から高校生までの子どもの成長に沿った身近な情報をはじめ、施設やサークル・団体の紹介などを掲載しています。ぜひ、ご活用ください。

**■規格**A5版  
**■配布場所**子育て支援課子育て支援係(市役所第二庁舎3階☎042-387-9836)、市役所第二庁舎1階受付、子ども家庭センター(☎042-321-3161)



のびのびこがねいっ子2025

## 健康ガイド

健康課(保健センター)  
☎042-321-1240  
〒184-0015 貫井北町5-18-18

### 試してみませんか? 「こころの体温計」



3月は自殺対策強化月間です。パソコンやスマートフォンなどで、いつでも気軽にストレス度や落ち込み度を確認できます。

医学的診断を示すものではありませんが、心配なことがありましたら、早めに専門家への相談をおすす

- めします。
- おもなコンテンツ
  - ▷本人モード
  - ▷家族モード
  - ▷赤ちゃんママモード
  - ▷ストレス対処タイプテスト
  - ▷アルコールチェックモード
- 問**健康課



	休日診療 受付時間 午前9時~正午、午後1時~5時 ※診療科目にかかわらず、必ず電話で確認のうえ、受診してください	休日準夜診療 受付時間 午後5時30分~9時	休日歯科診療 受付時間 午前9時~正午、午後1時~5時 ※応急処置に限ります	休日薬局 受付時間 午前9時~正午、午後1時~5時	休日準夜薬局 受付時間 午後5時30分~9時
<b>3月1日(日)</b>	循環器内科クリニック ひらおか 貫井北町1-24-15 ☎042-316-1735 小倉井太陽病院 本町1-9-17 ☎042-383-5511	野村医院 前原町3-35-15 ☎042-381-0987 岡村皮フ科医院 梶野町2-7-2 ☎0422-37-1112	共立診療所 本町6-9-38-3F ☎042-383-5111	タナカ歯科 本町5-19-8 アカシアビル2F ☎042-381-4449	サザン薬局 本町6-5-3シャトー小金井1F ☎042-388-4229 サンドラッグ小金井梶野町薬局 梶野町1-7-32 ☎0422-36-7382
<b>3月8日(日)</b>	かわべ内科クリニック 緑町2-2-1エスポワール小金井1-東号室 ☎042-401-1860 菊地脳神経外科・整形外科 東町3-12-11 ☎0422-31-1220	東小金井くろだ内科医院 梶野町4-11-13 ☎0422-53-5666 もろほしクリニック 緑町1-6-53うさぎビル ☎042-385-3341	小金井あおばクリニック 本町5-15-8ラメゾン プランシュ2-B ☎042-383-7149	南口歯科医院 中町4-4-26 ☎042-381-1762	たま調剤薬局(東町店) 東町3-11-18 ☎0422-39-5778 アトム薬局 緑町1-6-53うさぎビル1F ☎042-388-5400

<p><b>東京都・子供の健康相談室</b> 受付時間▷平日=午後6時~翌朝8時 ▷休日(土曜・日曜・祝日)=午前8時~翌朝8時 プッシュ回線の固定電話、携帯電話☎#8000 ☎03-5285-8898</p>	<p><b>24時間テレホンサービス</b> ▷東京消防庁救急相談センター プッシュ回線の固定電話、携帯電話☎#7119 ☎042-521-2323</p>	<p>▷東京都保健医療情報センター ・医療機関案内ひまわり ☎03-5272-0303 聴覚障害者向け専用 FAX03-5285-8080</p>
<p><b>小児救急(365日24時間)</b> ▷武蔵野赤十字病院 武蔵野市境南町1-26-1 ☎0422-32-3111</p>		