

とっかこ広場 **子育ての 困った どうしよう わからない**

子育てパートナーに気軽に相談してください

子育てにつかれてイライラしてしまう... 生まれてからのことが心配... 子どもへの接し方がわからない...

●電話やオンラインで ●とっこの芽相談室で ●とっこの芽広場で

私たちが子育てパートナーは、子育ての「困りごと」「悩みごと」を気軽に相談できる専任スタッフで、「戸塚区地域子育て支援拠点とっこの芽」に常駐しています。

相談しやすい方法どうぞ!

予約可 相談無料

大森さん (とっこの芽サテライト) 妻木さん (とっこの芽)

私たちが寄り添い、一緒に考えます♡

まずはお電話ください

☎ 火～土曜 9時30分～17時
 📍 妊娠中の人や子育て中の人
 ※祝日、年末年始除く
 2024年1月9日(火)は臨時休館

戸塚区地域子育て支援拠点

●とっこの芽
 所 川上町91-1モレラ東戸塚3階 ☎719-2001

●とっこの芽サテライト
 所 上倉田町957-1 ヴィラ桜1階 ☎410-8766

ここでも相談できます!

子育て応援ルーム とことこ
 所 区役所3階
 ☎ 2024年1月26日、2月16日、3月15日(金)
 9時30分～12時

こよりどうカフェ
 所 矢部町125 善了寺内
 ☎ 12月13日、2024年2月14日(水)
 14時30分～16時30分
 ※偶数月第2水曜

☎ 戸塚区地域子育て支援拠点「とっこの芽」(☎ 820-2885 ☎ 825-6885)、「とっこの芽サテライト」(☎ ☎ 410-7010)

健診・相談のお知らせ(要予約)

☎ 申 ☎ 区役所健康づくり係へ(☎866-8426～7 ☎865-3963)

肺がん検診(エックス線検査)

■受診は年度1回 ■医療機関でも受診可

☎ 2024年2月8日(木)午前 所 区役所5階 健康診査室

📍 2024年4月1日時点で40歳以上の市民:先着30人

費 680円 費用が無料になる場合あり(要問合せ)

☎ 2024年1月9日8時45分から

※令和5年度で区役所での肺がん集団検診は終了し、令和6年度からは医療機関での個別検診となります。

個別健康相談

■健康相談:高血圧、脂質異常症、糖尿病、肥満などの生活習慣改善のアドバイス

■禁煙相談:たばこをやめたい人へ個別に支援

☎ 12月12日(火)午後・15日(金)午前・26日(火)午後、2024年1月9日(火)午後

所 区役所5階 健康相談室 📍 市内在住

※電話申込ができない人は、☎可(☎要事項)と相談内容を記入)

※1人あたりの相談時間は1時間以内

子どもの相談・教室(要予約)

☎ 申 ☎ 12月11日から ☎ 可(☎要事項)と相談内容を記入)で区役所健康づくり係へ(☎866-8426～7 ☎865-3963)

乳幼児食生活相談 区内在住の0歳～未就学児の食生活などの個別相談

☎ 2024年1月10日・24日(水)9時～11時 所 区役所5階 栄養相談室 📍 母子健康手帳
※1人あたりの相談時間は45分以内

「離乳食教室」 離乳食(2回食)に関する講話、実演(試食あり)

☎ 2024年1月24日(水)13時30分～14時30分 所 区役所5階 栄養相談室 📍 区内在住の7～8か月児と保護者:先着14組 📍 だっこひも、赤ちゃん用エプロン、赤ちゃん用スプーン

「はじめての歯ぴか教室」 はじめての歯みがきと離乳食(1回食)のお話

☎ 2024年1月19日(金)10時～11時30分 所 区役所5階 📍 区内在住の4～6か月児と保護者:先着15組 📍 母子健康手帳、バスタオル(おむつ交換の際に使用)

イベントなどは中止・変更となる場合がありますので、問い合わせ先に確認してください。

my SDGs Vol.9 あなたがつくる みんなの未来!

今月の目標

12 つくる責任 つかう責任 目標12:つくる責任 つかう責任

13 気候変動に具体的な対策を 目標13:気候変動に具体的な対策を

SDGs とは? 世界中すべての人が、この地球で暮らし続けていくために、17の目標と169のターゲットから構成される、2030年までに達成すべき目標です。

ごみを正しく分別することは、SDGs達成につながる第1歩! ごみの量を減らすことで、焼却時に出る温室効果ガスの発生を削減できます。ごみの分別を通じ、限られた資源を大切に有効活用しましょう。

☎ 区役所企画調整係 (☎ 866-8327 ☎ 862-3054)

編集後記

そろそろ年末ですね。大掃除は早めにやって、素敵な年越しを迎えたい!

編集・発行 区役所広報相談係 (☎866-8321 ☎862-3054)

