

ぶちベビー健康プラザ

生後2カ月～5カ月の赤ちゃんと
その保護者のための集いです



赤ちゃんとの初めてのおでかけに、ぜひご参加ください。
これからママになる人（マタニティさん）もどうぞ。
住んでいる地域に関係なく、どの会場にもご参加いただけます。

〈内 容〉 体重計測 個別相談

赤ちゃんや親自身の健康、子育てに関する個別相談を行います。
助産師が対応します。※希望者のみ

おしゃべり情報交換

グループになって、子育てについての情報交換をします。
各グループには進行役のスタッフがいます。
また、上越市の子育て支援情報もお知らせします。

〈持ち物〉 ・ 母子健康手帳 ・ バスタオル

※体重計測時や赤ちゃんを寝かせるときの敷物として使います。

❖ 会 場

- ・ 板倉保健センター、大湊保健センター、三和保健センター
- ・ 上越市市民プラザこどもセンター

❖ 時 間

各会場によって異なります。詳しくは中面をご覧ください。

❖ 参加費 無料

【問い合わせ】

オーレンプラザこどもセンター 電話 025-525-0355
市民プラザこどもセンター 電話 025-527-3617

ぷちベビー健康フラザ 各会場の流れ

～どの会場にもご参加いただけます～

何回でも参加OK♪
開催月の対象月齢は、
カレンダーで確認してください

ママだけ、パパだけ、
パパママ家族そろって、
ご参加ください♪

平日開催

参加申込は不要です

土日開催

参加申込が必要です

<会場>
板倉保健センター2階（板倉区針941）
大湊保健センター1階（大湊区土底浜1079）
三和保健センター2階（三和区井ノ口329-1）

<会場>
市民プラザ こどもセンター
（上越市土橋2554）

- 時 間 10:30～12:00
- 開催日 各会場で2か月に1回実施
水曜日に開催
※裏面のカレンダー参照
- 参加申込は不要です

午前中
です

10:30～11:00
受付、相談受付
体重計測、個別相談(希望者のみ)
11:00～12:00
おしゃべり情報交換

- 時 間 13:15～15:00
- 開催日 毎月第3火曜日
※裏面のカレンダー参照
- 参加申込は不要です

午後
です

13:15～13:45
受付、相談受付
体重計測、個別相談(希望者のみ)
14:00～15:00
おしゃべり情報交換

<会場>
市民プラザ こどもセンター
（上越市土橋2554）

申込方法

各開催日の10日前(5月15日)(8月15日)
(11月14日)(2月12日)までに、
メールまたは電話で申し込みください

電 話 025-525-0355
(オーレンプラザこどもセンター)
メー ル 下記、申込専用二次元コードから
※メールで申し込む場合は
auren-kodomo@za.wakwak.comの
アドレスを受信できるように設定をお願い
します



申込専用
二次元コード

- 時 間 10:30～12:00
- 開催日 5月25日(土)、8月25日(日)
11月24日(日)、2月22日(土)
- 参加申込が必要です(定員あり・抽選)

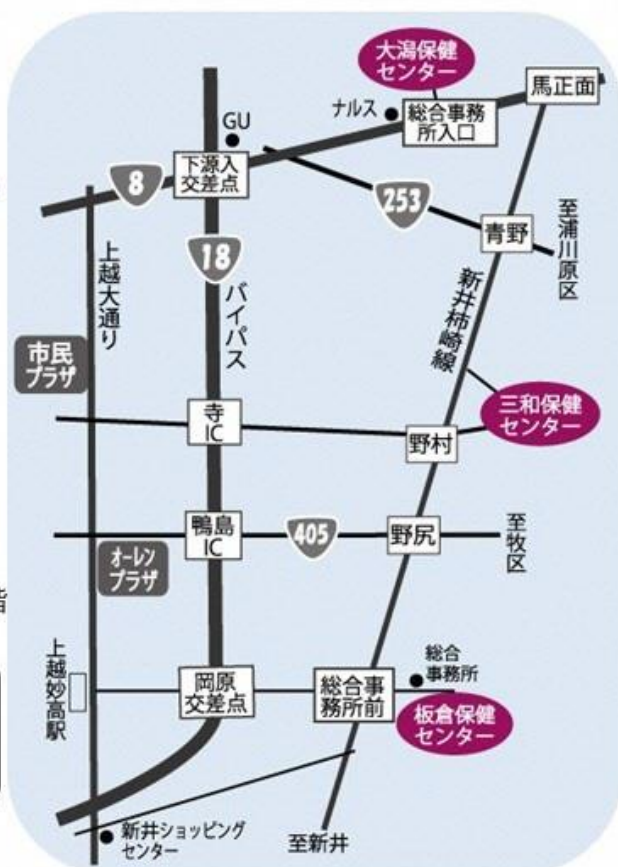
10:30～11:00
受付、相談受付
体重計測、個別相談(希望者のみ)
11:00～12:00
おしゃべり情報交換

どの会場でも
何回でも参加OK!

市民プラザ
会場
こどもセンター内

板倉会場
板倉保健センター2階

オーレンプラザから約17分
市民プラザから約20分
岡原交差点から約10分
新井ショッピング
センターから約7分



大湊会場

大湊保健センター1階

市民プラザから約30分
下源入交差点から約20分
くびき希望館から約12分

三和会場

三和保健センター2階

オーレンプラザから約20分
市民プラザから約20分
青野交差点から約8分

※時間は車での目安です



♪6カ月になったら、ベビー健康フラザへ♪

毎月1回第3火曜日の午前中に、市民プラザこどもセンターで開催しています。対象は6カ月から1歳のお子さんとその保護者。
体重計測、健康・発達・離乳食などの個別相談、1歳のお誕生会を行っています。様々な分野の講師から、子育てに役立つワンポイントアドバイスを聞く時間もあります。参加申込は不要です。

♪1歳になったら、すくすくフラザへ♪

1歳から1歳6カ月のお子さんとその保護者のための集まりです。オーレンプラザこどもセンターで開催しています。
3回連続の集いで、各回のテーマは「子どもの食事どうしてる」「何をして遊んでいるの」「これから何が心配」。参加者同士で、気になることを聞き合ったり話し合ったりしています。参加申込が必要です。

令和6年度 ぷちベビー健康プラザ カレンダー

※日程は、状況によっては変更になる場合があります

4月		●参加対象月齢 2023年11月生まれ、12月生まれ、2024年1月生まれ、2月生まれ					
月	火	水	木	金	土	日	
1	2	3	4	5	6	7	
8	9	10 板倉	11	12	13	14	
15	16 市民プラザ	17	18	19	20	21	
22	23	24	25	26	27	28	
29	30						

時間について
上段は午前、
下段は午後
の開催です
※詳細は中面
をご覧ください

5月		●参加対象月齢 2023年12月生まれ、2024年1月生まれ、2月生まれ、3月生まれ					
月	火	水	木	金	土	日	
		1	2	3	4	5	
6	7	8 三和	9	10	11	12	
13	14	15	16	17	18	19	
20	21 市民プラザ	22 大湯	23	24	25 市民プラザ	26	
27	28	29	30	31	要申込		

6月		●参加対象月齢 2024年1月生まれ、2月生まれ、3月生まれ、4月生まれ					
月	火	水	木	金	土	日	
				1	2		
3	4	5	6	7	8	9	
10	11	12	13	14	15	16	
17	18 市民プラザ	19	20	21	22	23	
24	25	26 板倉	27	28	29	30	

7月		●参加対象月齢 2024年2月生まれ、3月生まれ、4月生まれ、5月生まれ					
月	火	水	木	金	土	日	
1	2	3	4	5	6	7	
8	9	10 三和	11	12	13	14	
15	16 市民プラザ	17	18	19	20	21	
22	23	24 大湯	25	26	27	28	
29	30						

8月		●参加対象月齢 2024年3月生まれ、4月生まれ、5月生まれ、6月生まれ					
月	火	水	木	金	土	日	
			1	2	3	4	
5	6	7 板倉	8	9	10	11	
12	13	14	15	16	17	18	
19	20 市民プラザ	21	22	23	24	25 市民プラザ	
26	27	28	29	30	31	要申込	

9月		●参加対象月齢 2024年4月生まれ、5月生まれ、6月生まれ、7月生まれ					
月	火	水	木	金	土	日	
						1	
2	3	4 三和	5	6	7	8	
9	10	11	12	13	14	15	
16	17 市民プラザ	18 大湯	19	20	21	22	
23	24	25	26	27	28	29	
30							

10月		●参加対象月齢 2024年5月生まれ、6月生まれ、7月生まれ、8月生まれ					
月	火	水	木	金	土	日	
	1	2 板倉	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13	
14	15 市民プラザ	16	17	18	19	20	
21	22	23	24	25	26	27	
28	29	30	31				

11月		●参加対象月齢 2024年6月生まれ、7月生まれ、8月生まれ、9月生まれ					
月	火	水	木	金	土	日	
				1	2	3	
4	5	6 三和	7	8	9	10	
11	12	13	14	15	16	17	
18	19 市民プラザ	20 大湯	21	22	23	24 市民プラザ	
25	26	27	28	29	30	31 要申込	

12月		●参加対象月齢 2024年7月生まれ、8月生まれ、9月生まれ、10月生まれ					
月	火	水	木	金	土	日	
						1	
2	3	4 板倉	5	6	7	8	
9	10	11	12	13	14	15	
16	17 市民プラザ	18	19	20	21	22	
23	24	25	26	27	28	29	
30	31						

1月		●参加対象月齢 2024年8月生まれ、9月生まれ、10月生まれ、11月生まれ					
月	火	水	木	金	土	日	
		1	2	3	4	5	
6	7	8 三和	9	10	11	12	
13	14	15 大湯	16	17	18	19	
20	21 市民プラザ	22	23	24	25	26	
27	28	29	30	31			

2月		●参加対象月齢 2024年9月生まれ、10月生まれ、11月生まれ、12月生まれ					
月	火	水	木	金	土	日	
				1		2	
3	4	5	6	7	8	9	
10	11	12	13	14	15	16	
17	18 市民プラザ	19	20	21	22 市民プラザ		
24	25	26 板倉	27	28	要申込		

3月		●参加対象月齢 2024年10月生まれ、11月生まれ、12月生まれ、2024年1月生まれ					
月	火	水	木	金	土	日	
				1		2	
3	4	5 三和	6	7	8	9	
10	11	12	13	14	15	16	
17	18 市民プラザ	19	20	21	22	23	
24	25	26 大湯	27	28	29	30	
31							