

生後2～5か月の赤ちゃんとそのご家族

参加費

無料

安心して子育てしよう

ぷちベビー健康プラザ

市民プラザこどもセンター
in 板倉・大潟区 各保健センター
ユートピアくびき希望館

体重はちゃんと増えているのかな？ねんねや授乳のリズムはこれでいい？
スタートしたばかりの赤ちゃんとの暮らしには、心配がつきものですが
ぷちベビ健を活用して、小さな心配を解消！安心して子育てしませんか

【持ちもの】 母子健康手帳、バスタオル

どんなことするの？

01

赤ちゃんの 体重計測

お洋服を脱いで体重計測をし、母子手帳に記録します。計測はスタッフもお手伝いします。



02

おしゃべり 情報交換

同じくらいの子を育てるママ・パパ同士で気になることを情報交換。スタッフが進行しますので安心しておしゃべりできます。



03

助産師に 個別相談

希望者は助産師に個別相談ができます。赤ちゃんの発育、自分の心身の健康等、子育てに関することを気軽に相談できます。



開催日時 詳細は裏面をご確認ください

会場

どの会場でも
何回参加してもOK♪

- ▶板倉保健センター（板倉区針941）
- ▶大潟保健センター（大潟区土底浜1079）
- ▶ユートピアくびき希望館（頸城区百間町716）
- ▶上越市市民プラザこどもセンター（土橋2554）

オーレンプラザ/市民プラザ

こどもセンター

TEL. 025-525-0355 / 025-527-3617

平日開催申込不要・土日開催申込はこちらから----->

ぷちベビー健康プラザ

