

# 那須町『にここ子育てママメール』のご案内



安心して出産や子育てができるように、おなかの赤ちゃんやお子さんの成長の様子とあわせて、子育てに関するアドバイスやサービスなど、タイムリーな情報を配信しています。妊婦（と家族）の方や乳幼児（3歳未満）の保護者の方は、ぜひ登録してください。

右のQRコードを読み取り、空メールを送信してください。一両日中に確認メールが届きますので、内容を確認の上登録してください。

■問合せ こども未来課こども政策係 ☎72-6959

〇にこママメール  
(プレママ)



〇にこママメール  
(子育て)



## 子育て支援& カウンセリング入門講座

- ▼日程・内容
  - (1)10月10日(火) やさしいユング心理学①
  - (2)10月17日(火) やさしいユング心理学②
  - (3)10月24日(火) 性格を知ろう
  - (4)10月31日(火) 男の子の恋、女の子の恋
  - (5)11月7日(火) 夢で知る子供の心 無意識からのメッセージ
  - (6)11月14日(火) 親子関係を考える グレートマザーの問題
- ▼時間 午後6時30分～8時30分
- ▼場所 那須塩原市西那須野公民館
- ▼対象 那須町・那須塩原市・大田原市の方
- ▼講師 丸山隆先生(栃木県カウンセリング協会理事長・臨床心理士)
- ▼定員 30名
- ▼受講料 10,800円 (TCA会員8,640円)
- ▼申込方法 電話・ファクシミリでお申し込みください。
- ▼申込み・問合せ NPO法人栃木県カウンセリング協会  
☎028-647-1717  
Fax 028-649-1213

## ひとり親家庭ふれあい 交流会参加者募集



- ▼日時 10月28日(土)午前6時30分～午後7時30分(予定)
- ▼場所 東京デイズニーシー
- ▼内容 ひとり親家庭の親子のふれあいや参加者の交流
- ▼対象者 町内在住のひとり親家庭の親子(中学生以下)
- ▼参加費 大人 4,000円  
中学生 2,000円  
4歳児から小学生 1,000円  
3歳児以下 無料
- ※当日徴収いたします。
- ▼定員 40名
- ▼申込方法 参加申込書に必要事項を記入の上、郵送または窓口にて持参してください。(FAX可)
- ※先着順ではありません。
- ▼受付期間 9月28日(木)～10月5日(木)(必着)
- ▼選定方法 初めて参加される方を優先したうえで、抽選で決定します。
- 抽選結果は10月6日(金)に当選者のみ電話連絡します。

## 身体障害者巡回相談 実施のお知らせ

- ▼日時 11月8日(木)午後2時～4時
- ▼場所 那珂川町健康管理センター(那珂川町馬頭66-3)
- ▼内容 整形外科医が身体のことについて無料で相談に応じます。また、相談内容に応じて理学療法士、保健師などが専門的な助言をします。
- ※事前に町職員による聴き取りを行います。
- ▼担当医師 西川晋介氏(西川整形外科)
- ▼主催 とちぎリハビリテーションセンター
- ※予約が必要です。
- ※申し込み多数の場合は先着順となります。
- ▼申込み・問合せ 保健福祉課障がい者福祉係 ☎72-6917

**我が家の汁物を測定します**

食品の食塩量(隠れ塩分)を知って上手に減塩しよう!

食塩は、私たちが生きていくために必要な物です。しかし、とり過ぎると血管を傷つけ、体にさまざまな障害を起します。

自分の食生活を振り返り、食事に含まれる食塩を気にすることから、減塩生活をスタートさせましょう。

## 献血にご協力を

- ▼日時 9月13日 午前10時から正午まで
  - ▼場所 那須町役場駐車場
  - ▼問合せ 保健センター ☎72-5858
-