

# 大垣市 子育て支援アプリ

に新たなコンテンツが加まりました！

おおがき  
子育て応援メール  
を配信

おなかの赤ちゃんの様子  
出産の基礎知識  
子育てのアドバイスなど  
必要な情報をタイムリーに  
お届けします

タイムリーな  
情報で安心

妊娠・出産・子育てが  
楽しくできるよう  
サポート

## 対象

- 妊婦・パートナー・ご家族
- 3歳未満の乳幼児の  
保護者・ご家族

## 配信内容と回数

### 妊娠期

- おなかの赤ちゃんの様子  
(一般的な成長・発達の様子)
- ママのからだのこと  
(食事や生活のアドバイスなど)

### 子育て期(0~3歳未満)

- お子さんの様子  
(からだの成長やことばの発達など)
- 子育てアドバイス  
(予防接種や授乳・離乳食のことなど)

### 毎日配信

生後100日まで 毎日配信

101日から 3日に1回程度

1歳児 1週間に1回程度

2歳児 2週間に1回程度

大垣市からの子育て支援情報も随時配信



## キッズピアおおがき子育て支援センター

〒503-0905 大垣市宮町1丁目1番地スイタアベニュー2階

【事務室】TEL 47-7200 / FAX 47-7201

<開館時間> 9:15~18:00 ※交流サロンは10:00~17:00

<休館日> 毎週月曜日、年末年始(12/29~1/3) ※月曜日が祝日の場合は開館

## 配信イメージ

### 妊娠期

妊娠19週と4日  
出産予定日まで143日

(きずなメールより)

<赤ちゃんの様子>

赤ちゃんの胴体が伸びてくるので、頭の大きさが少し目立たなくなってきました。でも頭の中では脳が発達中。知性や記憶、運動を調節する前脳には少しシワができてきました。

<今日のあなたへ>

長時間、同じ姿勢でいるのは避けましょう。血流が悪くなり、腰痛やおなかの張りにつながるからです。働いている人は、できれば職場の人にも伝えて、30分に1回くらいからだを動かしたり、休憩をとらせてもらいましょう。

(大垣市から)

【保健センター「すこやか相談室」】

子育て世代包括支援センター内の、おもに妊娠中や産後の「こころとからだ」に関する相談室です。

受けられるサービスなどの情報提供も行っています。

保健師・助産師が対応します。

### 子育て期

〇〇ちゃんが生まれて0歳6か月、誕生から205日目です。

(子育てきずなメールより)

<今日のあなたへ>

【離乳食について】離乳食を始めた人も多い時期でしょう。これまで飲むだけだった赤ちゃんが、固形物をスプーンを使って食べ始めるわけですから、新しい挑戦です。うまく食べられなかったり、興味が向かなかったりしても、ふつうのこと。食べ出す時期はそれぞれなので、あまりあせらずいきましょう。

離乳食をあげるには、午前中の眠くなく、あまり空腹すぎない、そんな時間帯がよいタイミングです。午前中がよいのは、初めて食べさせるもので、もしもアレルギー反応があった場合などに、すぐ医療機関に行ける時間だからです。さらに、朝の光をしっかり浴びて少し遊んだ後だと、食欲が出てくることがあります。食べ物の温度や形状によって、好みがあることもあります。いろいろ試してみましょう。

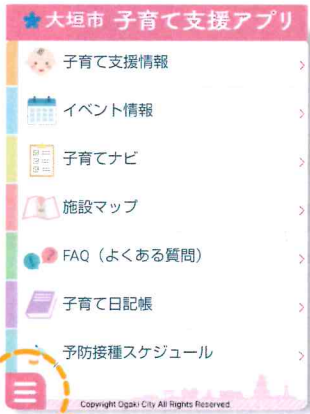
(大垣市より)

【ひよこステップ学級(中・後期離乳食教室)】

生後7-11か月児の保護者を対象に、離乳食(中期～後期)の進め方や作り方について学ぶ教室です(無料・先着順)。歯科指導も行っています。参加は事前申し込み制です(先着順・無料)。

また、市のサイトでは教室の内容を掲載しています。日々の離乳食作りにお役立てください。

## 設定方法

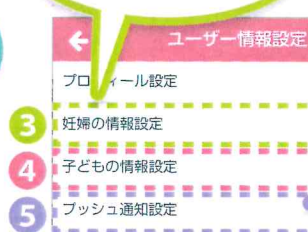


1 メニューアイコンをタップ

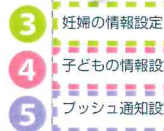


2 ユーザー情報設定をタップ

3 出産予定日を入力



4 誕生日を入力



5 プッシュ通知をオンにすると、新着時にお知らせ!



まずはアプリをダウンロード!!



iOS端末はこちらから



Android端末はこちらから

