

2月1日から「出産・子育て伴走型支援事業」を開始

園こども育成課「相談支援」☎(235)7885
 【給付金】☎(235)7878

2月1日から、妊産婦などを対象に、出産・子育てに関する相談支援と給付金支給による経済的支援を一体化した事業を開始します。妊娠届出と新生児訪問の時に保健師・助産師が面談を行い、出産・子育てのアドバイスをするほか、さまざまな悩みの相談にも応じます。面談後はアンケートなどを提出した人を対象に経済的支援として「出産・子育て応援給付金」を支給します。所得制限はありません。令和4年4月1日～5年1月31日に妊娠・出産した人もさかのぼって支給します。



対象	給付金名・支給額	申し込み
令和5年2月1日以降に妊娠届出をした妊婦	出産応援給付金 5万円	妊娠届出時の面談で配布する申請書・アンケートを提出
令和5年2月1日以降に出生した子どもの養育者	子育て応援給付金 5万円	新生児訪問時の面談で配布する申請書・アンケートを提出
さかのぼり支給 ①令和4年4月1日～5年1月31日に出生した子どもの養育者 ②令和4年4月1日～5年1月31日に妊娠届出をした方(①を除く)	出産・子育て 応援給付金 10万円	3月～4月ごろに発送する申請書・アンケートを期日までに返送(面談は希望者のみに実施)
	出産応援給付金 5万円	

健康講座

園健康推進課 ☎(235)7880



健康教室

海老名のびのび体操やえびな口コモ体操で体を動かします。握力や骨健康度などの測定もします。

- 日 2月15日(水) 10時～11時30分
場 国分寺台文化センター
- 対 市内在住の方
- 定 先着20人
- 費 無料
- 主 健康えびな普及員会
- 申 2月3日(金)から、電話または直接健康推進課へ



ヘルシークッキング

「鉄分UPでいきいき元気！」

講話と調理実習を行います。

- 日 3月8日(水) 9時45分～12時
- 場 えびな市民活動センタービナレッジ
- 対 市内在住・在勤の方
- 定 先着12人
- 費 300円(食材代)
- 申 2月3日(金)から、電話または直接健康推進課へ。3月1日(水)締め切り
- 他 2歳以上、若干名の託児あり。要予約。駐車場の利用は有料です



未病講座

◆心と体をほぐすヨガ

心地良い呼吸とポーズで全身をリラックスさせます。

日 3月14日(火)

◆ZUMBA

ラテン系の音楽に合わせて楽しみながら体を動かします。

日 3月17日(金)

※共通事項

時 9時30分～11時30分

場 えびな市民活動センタービナスポ

対 市内在住・在勤の方

定 先着20人

講 吉川麻実氏(ヨガ・フィットネスインストラクター)

費 無料

申 2月8日(水)から、電話で健康推進課へ

他 駐車場の利用は有料です



びなウエル健康教室

◆レクチャークラス

「突然のがん告知！ 検診が繋いだ私のいのち」食道がんの経験談から早期発見の大切さを学びます。

日 2月25日(土) 10時30分～11時30分 場 カラダテラス海老名(めぐみ町3-1)ビナガーデンズパーチア

階 定先着20人 講 高木健二郎氏(一社)食道がんサバイバースシェアリングス代表理事)

◆エクササイズクラス「初めてテニスを体験！」

屋内のテニスコートで体験します。
 日 3月9日(木) 19時～20時 場 ルネサンス海老名
 ビナガーデンズ24(めぐみ町3-1)ビナガーデンズ
 パーチ9階 定先着10人 講 スポーツクラブルネサンストレーナー

◆アクティブクラス「和太鼓フィットネス」

和太鼓をたたいてフィットネスをします。①②いずれかのコースのみ申し込み可。
 日 3月11日(土) 時 ①10時～11時 / ②健美太鼓
 コース ①脳トレにも有効な全身運動をします ②11
 時20分～12時20分 / ①和太鼓美人コース②リズム
 に合わせて脂肪燃焼とストレス発散をします 場 え
 びな市民活動センタービナレッジ 定各コース先着
 10人 講 和太鼓Fittトレーナー

※共通事項

対 市内在住の18歳以上の方 費 無料 申 2月6日(月)から。月(水)金13時～20時、土(日)(祝)10時～20時に、電話または直接びなウエル(☎204-4560)へ 他 駐車場の利用は有料です

公園に行こう!

現在市内には大小合わせて180カ所の公園があります。お出掛けのときは感染対策を忘れずに。



大谷神明社児童遊園

神社敷地内の静かな一角。個人の寄付で階段に整備された市内で一番短い坂「浜天坂」があります。

☑ 大谷北2-13付近 ☑ ブランコ・鉄棒

中野公園

人工芝のグラウンド施設などがあり、3月にはカワツザクラが咲き誇ります。

広さ 🌳🌳🌳

📍 中野1-22付近 📍 複合遊具・砂場



(広さのめやす) 小 🌳 中 🌳🌳 大 🌳🌳🌳