

# 助産師相談日

妊娠や出産、赤ちゃんに関する事で  
このようなお悩みはありませんか？



1人で悩まず、お気軽に助産師相談日をご活用ください😊♪

## — 相談できること —

### 妊娠中のお悩み

- マイナートラブル（妊娠に伴って起こる様々な症状）に関する事
- お産の流れや準備に関する事
- 赤ちゃんのお風呂の入れ方
- 赤ちゃんのお世話の仕方
- 教室受講後の復習、経過フォロー

### 産後のお悩み

- 授乳の仕方（乳房マッサージ不可）
- 赤ちゃんの計測
- 離乳食に関する事（安全に始めるための発達の目安や姿勢など）
- 赤ちゃんの発達に関する事
- 教室受講後の復習、経過フォロー

◎ 離乳食の調理法や量に関する相談は、保健センターの管理栄養士がお答えします♪

● 開催日：毎週（水） ※祝日・年末年始は除く

● 場所：本荘保健センター

● 時間：1回1時間（1日3枠）

● 利用方法：ご利用希望の方は、ふぁみりあへ電話予約のうえ、本荘保健センターまでお越しください。  
※予約のうえ、電話やオンラインでの相談も可能です。

● 問合せ先：子育て世代包括支援センター **ふぁみりあ**

☎080-2845-6720（ふぁみりあ直通）