



妊娠中から知っておきたい!



# おっぱい教室

マタニティ クラス

出産後、「母乳が思うように出ない」「赤ちゃんにおっぱいを上手く吸わせられない」など、おっぱいについて悩みの声が多く聞かれます。子育てをするお母さんにとって、おっぱいの悩みやトラブルはつきもの! 事前の準備で疑問や不安を解消し、よりよい妊婦生活を送りましょう♪

## 平成30年度 開催スケジュール

第1回

4月25日(水)

第2回

6月27日(水)

第3回

8月22日(水)

第4回

10月24日(水)

第5回

12月26日(水)

第6回

2月27日(水)

◆時間 : 9:30~10:30

◆場所 : 紀宝町保健センター(神内)

◆対象 : 紀宝町にお住まいの妊婦さん

おっぱい教室ってなに?

## 教室の内容

那智勝浦町 **かつこ助産院 本館 千子先生** を講師にお迎えし、

妊娠中にやっておきたい「おっぱいのケア」や、知っておきたい「安産のコツ」など…  
ちょっとした気がかりなことなど何でも相談していただけます♪お気軽にご参加ください!



<お問い合わせ先>

★紀宝町保健センター Tel 32-4388

※事前の申し込みは**不要**です。

(子育て世代包括支援センター)