



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31年度 開催スケジュール

第1回	第2回	第3回
4月24日(水)	6月26日(水)	8月28日(水)
第4回	第5回	第6回
10月23日(水)	12月25日(水)	2月26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

何度でも参加OK!  
 たくさんの参加お待ちしております♪



## <教室の内容>

那智勝浦町 もとたて かつこ かつこ助産院 本館 千子先生 を講師にお迎えし、  
 妊娠中に知っておきたい「おっぱいのこと」や「安産のコツ」など…  
 育児本やネットでは知れない貴重なお話が聞けるかも知れません！  
 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>

紀宝町役場 みらい健康課

TEL 33-0355

※事前の申し込みは**不要**です。