

そろだてほっとサロン

妊婦さんと産後のママがあつまり、妊娠・出産のこと、育児のこと、自分の体のことなど、助産師・保健師と一緒に、ゆっくりくつろぎながらおしゃべりできるサロンです。

第1回	第2回	第3回
4月27日(水)	6月22日(水)	8月24日(水)
第4回	第5回	第6回
10月26日(水)	12月21日(水)	2月22日(水)



◆時間 10:00～11:30

※上記時間内に自由に入退室できます

◆対象 紀宝町にお住まいの妊婦さん、
おおむね1歳までの赤ちゃん和妈妈

赤ちゃんの
体重測定もできます▶

◆場所 図書館2階(神内)

🕒: 那智勝浦町 かつこ助産院 もとたて かつこ 本館 千子先生 に気軽に相談できます♪

「安産のために妊娠中に準備しておきたいことは?」「出産がとにかく不安で…」「母乳足りているかな?」

「赤ちゃんのこれって普通?」「そろそろ卒乳したいけど…」など、何でも相談できます。

🕒: 先輩ママ・同じ悩みを持つママ同士でおしゃべりを楽しみましょう♪

「おススメの育児グッズは?」「うちの子はこれでうまくいったよ」など情報交換ができます。

※感染症対策の為、自宅での検温・マスクの着用・手指消毒等にご協力下さい。

感染状況により、ZOOMでのオンライン開催となる場合があります。ご了承ください。

<申し込み先>紀宝町役場みらい健康課 0735-33-0355(要予約)