

マタニティサロン

「マタニティサロン」は、妊娠中や子育てが始まったばかりのママやパパ、そのご家族の交流の場として、楽しみにしていることや悩み・不安などを話したり、助産師から、妊娠・出産・子育てに関する「ミニ講話」を聞くことができるサロンです。

また、個別に妊娠・出産・子育ての相談にも応じます。
市内4会場で、毎月開催し、何度でも利用できます。ご参加お待ちしております。

これから必要な準備はなんだろう。
パパの役割ってどんなことかな。

妊娠中や産後のからだづくり
について聞いてみたいな。

他の妊婦さんと交流したい！

ミルクや母乳のことも
聞きたいな。

妊娠中や産後の身体の変化やケア
の方法を、詳しく知りたい。

身近に相談できる場所
があると安心！



【対象】：妊娠中のママやパパ、子育て中のママやパパ（概ね産後4か月まで）、おじいちゃん・おばあちゃん等

【内容】：助産師によるミニ講話・個別相談・交流会

【日時】：裏面をご覧ください

【会場】・中央台公民館（中央台飯野4丁目5の1）

・泉公民館（泉町4丁目13の11）

・総合保健福祉センター3階プレイルーム（内郷高坂町四方木田191）

・こども元気センター（植田町本町1丁目12）

【持参物】：母子（親子）健康手帳、筆記用具

※動きやすい服装でお越しください。

【定員】：7～10組 ※先着順、会場により定員異なる

【参加費】：無料

【申込み】：ご希望日の2日前までに、右のQRコードから申込みフォームに必要事項を入力いただくか、市公式LINE（ライン）でお申込みください。

（申込みQR）



【日 程】 日程の下に記載のA～Cは、ミニ講話のテーマとなります。

会 場 (住 所)	開催時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
中央台公民館 (中央台飯野4丁目5の1)	10:00		30(土)		25(土)	29(土)		24(土)	28(土)		30(土)	27(土)	13(土)
			A		B	A		A	B		A	B	B
総合保健福祉センター 3階プレイルーム (内郷高坂町四方木田191)	12:00	23(木)		16(火)		18(火)		6(火)		1(火)		2(火)	
		C		C		C		C		C		C	
泉公民館 (泉町4丁目13の11)		11(土)	16(土)	6(土)		1(土)	26(土)		14(土)	12(土)		13(土)	
		A	B	B		B	A		A	B		A	
こども元気センター (植田町本町1丁目12)			12(火)		7(火)		8(火)		10(火)		12(火)		2(火)
			B		A		B		A		B		A

◆ミニ講話の内容◆

- A お産のすすみ方、呼吸法
- B 赤ちゃんまんなかの生活をイメージしよう
妊婦体操
- C 沐浴デモンストレーション、パパの妊婦体験
パパの役割

※参加者の状況により内容が変更となる
場合があります。

