



令和3年度

産前・産後サポート事業

みっきいたまびよサロン プレママ★クラス

みっきいたまびよサロンは、助産師などに妊娠・出産・子育ての不安や悩みを相談できるプレママとママ・ご家族のための場所です。

まずはプレママ★クラスで、赤ちゃんのお世話や妊娠中・出産後の過ごし方、赤ちゃんとの生活についてイメージしてみませんか？新型コロナウイルス感染予防対策のために、マスクの着用、手指消毒、換気等を行っています。また、体験や参加者同士の交流は少人数のグループに分かれ実施します。

A



◆テーマ

『ママと赤ちゃんのお口のケア』

または『妊娠中の食生活と体重』

◆歯科衛生士または栄養士
助産師・保健師への相談

◆沐浴体験

B



◆テーマ

『授乳と赤ちゃんとの生活』

◆助産師・保健師への相談

◆オムツ交換・着替え体験

【昨年度の開催時の様子と参加者の声】



沐浴以外の気になる事、心配事も相談できてよかったです。

授乳のやり方も初めて教えて頂いたのでも勉強になりました。



【開催日程】電話にてお問合せいただくか、ホームページでご確認ください

【場所】三木市総合保健福祉センター（三木市大塚 1-6-40）

【問合せ先】三木市健康増進課（総合保健福祉センター内）☎0794-86-0900

みっきいたまびよサロン

検索



※開始 2 時間前の時点で三木市に警報が発令されている場合は中止となります。

