

ママと赤ちゃん（生まれてから生後1歳ごろ）のための

令和7年度 ママサポートカフェ の ご案内

赤ちゃんとの生活で困ったこと、心配なこと、これでいいの？という疑問に保健師・助産師・栄養士がお答えします。先輩ママの体験談を聞いてほっとされる方も多いです。すべて予約が必要です。お気軽にご参加ください♪



子育て・おっぱい何でも相談 （要予約）

助産師による妊娠中から産後のおっぱいに関する相談やおっぱいケアを無料でしております。また、赤ちゃんの体重測定なども実施しております。お気軽にご相談ください。

日 程：随時受け付けておりますが予約が必要です。お電話でご相談ください。

持ち物：乳房ケアを受けられる方はタオルを3枚ご用意ください。

場 所：保健センター等（ご家庭への訪問も可能です）

もぐもぐ 個別相談 （要予約）

赤ちゃんが食事を食べてくれない、成長が気になるなどの悩みを栄養士が個別に対応いたします。



お気軽にお電話などでご相談ください。



ベビーマッサージ教室（要予約・先着順） （1か月～1歳くらい）

赤ちゃんの柔らかいお肌をママの優しい手でなでなで。赤ちゃんとのスキンシップの時間を作ってみませんか？

*ベビーマッサージ終了後に体重測定ができます。

日 程：	4/23(水)	7/16(水)	10/15(水)	1/14(水)
	5/21(水)	8/20(水)	11/19(水)	2/25(水)
	6/18(水)	9/17(水)	12/17(水)	3/18(水)

時 間：受付：10：10～10：30 終了予定時間：11：30

場 所：えびの市保健センター

持ち物：バスタオル・着替え等、飲み物はご持参ください。
冬場は部屋を暖かくしますので、ママは衣類の調整ができるようにお願いします。

参加希望の方は
前日までに
お電話ください。

お問い合わせ・申込み先

えびの市こども家庭センター（えびの市保健センター内）

☎35-1707（平日 9：00～16：00）

