

プレママ教室 ・ 母乳相談

出産に対する不安や安心して赤ちゃんを迎えるための準備など、出産育児に向けての悩みに、助産師・保健師が答える、プレママ・プレパパ、ママ・パパのための応援教室です。

赤ちゃんとの毎日に必要なお世話体験など実際に参加していただく事で、わかりやすくお伝えします。

乳房ケアや母乳相談もできますよ。



日時

6月 17日 (月)
9月 5日 (木) 9:30~10:30 プレママ教室
12月 25日 (水) 10:30~11:30 母乳・育児相談
3月 19日 (水)

会場

高梁市役所2階保健センター

高梁市松原通2043

対象

高梁市にお住まいの方

定員

先着10組まで

予約方法

電話もしくは
ロゴフォームのQRコード→



持ち物

母子健康手帳
母子健康手帳副読本（母子手帳交付時にお渡しした冊子）
バスタオル（母乳相談の方）
その他必要に応じておむつやミルク

プログラム（予定）

プレママ教室

[60分]

出産に必要な手続きや子育て支援、準備すると良い物など、助産師・保健師が出産・育児に関する素朴なお悩みにお答えします。ご希望の方には、赤ちゃん人形を使用し、更衣やおむつ交換の体験もできます。

母乳・育児相談

[60分]

助産師・保健師が産後の乳房ケアの実施や、母乳育児・卒乳についての相談にお答えします。体重測定をしたい方や、育児について相談したい方のお悩みにお答えします。