

ママえーる



ママえーるとは

妊婦さんやママさんがゆったりした気持ちになれるよう応援する場所です。心配事がある時、ちょっと休みたい時に利用してみませんか。保健師・助産師・栄養士・歯科衛生士・心理士が寄り添いサポートしています。

ママえーるではこんなことができます

☆育児などの相談

- ・授乳・卒乳
- ・離乳食や幼児食
- ・歯のお手入れなど
- ・成長や発達、生活習慣

☆妊婦さんの相談

- ・こころと体の健康
- ・食事などの生活習慣

☆ママの相談

- ・こころと体の健康
- ・食事などの生活習慣
- ・育児がしんどい時の息抜き（休息）

ご利用について

相談時間は1組30分～1時間です。
育児がしんどい時は、スタッフが見守る中、短時間お子さんと離れてこころとからだを休ませることができます（休息）

【実施日】

第2火曜日、第4木曜日（月2回）

午前9時30分～11時（予約制）

利用料金無料

☆利用希望日の3日前までに電話で予約してください。

（開催日程は、ホームページで確認するかお問い合わせください。

☆実施日は変更する場合があります。

【持ち物】

母子手帳 バスタオル ミルクなどお子さんのお出かけに必要なもの

【会場】

ハピネス ^{きらきら} しばた（豊浦保健センター） 新発田市乙次26-2

※10月～12月は会場が 新発田市保健センター に変わります。
新発田市本町 4-16-83

【申込・問合せ】

新発田市こども課こども家庭センター ☎0254-28-0415

R8年度 ママえ〜る
 (妊産婦・育児相談会) 9:30~11:00



4月	前半	14日	(火)	10月	前半	13日	(火)
	後半	23日	(木)		後半	22日	(木)
5月	前半	12日	(火)	11月	前半	10日	(火)
	後半	28日	(木)		後半	24日	(火)
6月	前半	9日	(火)	12月	前半	8日	(火)
	後半	25日	(木)		後半	24日	(木)
7月	前半	14日	(火)	1月	前半	12日	(水)
	後半	23日	(木)		後半	28日	(木)
8月	前半	4日	(火)	2月	前半	9日	(火)
	後半	27日	(木)		後半	25日	(木)
9月	前半	8日	(火)	3月	前半	9日	(火)
	後半	24日	(木)		後半	25日	(木)

【申込先】

こども家庭センター 健やか育児支援係 (平日8:30~17:15)

TEL0254-28-0415