

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・卒乳について
- ・離乳食や幼児食について
- ・歯のお手入れについて
- ・成長や発達について

☆妊婦さんの相談

- ・体調について
- ・食事など

☆妊婦さんとママさんのケア

- ・こころやからだの不安
- ・育児がしんどい時の息抜き（休息）

ご利用について

予約日7日以内に発熱や風邪症状のある方などはご利用いただくことができません。

相談時間は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、2時間程度お子さんと離れて体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～正午（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をご覧ください。）

☆zoomでの相談もできます。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。

【会場】

豊浦保健センター（豊浦地区公民館に併設）乙次26-2

【持ち物】

母子手帳 オムツ交換に必要なもの オムツを持ち帰る袋

お子さんの予備の着替え バスタオル（計測時に使用）

授乳等に必要なもの

【問い合わせ・申込み】

新発田市健康推進課 健やか育児支援係

TEL0254-28-9211（平日8:30～17:15）