

産前産後を徹底サポート！

# ママ・パパの強い味方 産前産後サポートセンター



市では、切れ目のない子育て支援のため、保健センター内に産前産後サポートセンターを開設しています。出産前の心配ごと、産後すぐの育児不安など、なんでもご相談ください。

## ○どんなことが相談できるの？

安産レッスン、妊娠中の食事や離乳食相談、赤ちゃんの歯のお手入れの仕方、妊娠や不妊の相談など、妊娠・出産・育児に関する全般的な相談ができます。

## 4つの主な取り組み

### 助産師相談

妊娠希望や妊娠中、育児中ママのための個別相談！

例えばこんな時  
「母乳・ミルクは足りているかしら？」  
「赤ちゃんが泣いてばかり…」など



### ママ・パパ教室

健やかな赤ちゃんを生み育てるため、出産を迎える仲間同士で楽しく学びましょう！

講義は、「出産準備編」、「産後育児編」、「沐浴・妊婦体験編」の3回。



### 育児パパおとこ塾

妊娠・子育て期を楽しく過ごすための講習や体験が盛りだくさん。

調理実習や心のイクメン講座などで心身ともに「イクパパ」に！



### ママのわ

妊娠中や子育て中のママが気軽に集まって助産師・保健師とともに悩みを共有。



日程・持ち物等については、健康管理課ウェブページ

<http://www.city.mobara.chiba.jp/category/1-6-5-0-0.html>または、直接お電話にてお問い合わせください。(毎月の広報もばら15日号最終ページでも、直近の日程等を掲載しています)

## 保健センターの設備が充実！

親子の健やかな成長を支援するために必要な支援品を、茂原中央ライオンズクラブより寄贈していただきました。

これは、地域社会への奉仕活動に取り組んでいる茂原中央ライオンズクラブ設立25周年記念事業の一環としていただいたものです。

### 【寄贈物品】

屋内スタンド看板1台、施設内ウォシュレット1台、ベビーチェア1台、ガス湯沸器、ドラム式洗濯乾燥機1台



▲ベビーチェア

▲屋内スタンド看板

お申し込み・お問い合わせは、保健センター ☎(25)1725、FAX(25)1865へ。