

4か月以下の赤ちゃんとおかあさんへ（産後サポート事業）



平成30年度 ほっこり～の 南部

気軽にお出かけしたい

おっぱいのこと
子育てのこと
赤ちゃんのこと

みんなはこの期間
どうしているん
だろう？



助産師やほかのおかあさんと

子育てや日々の思いをお話しましょう！

日 程：

4月23日（月）	5月28日（月）	6月25日（月）
7月23日（月）	8月13日（月）	9月10日（月）
10月22日（月）	11月26日（月）	12月10日（月）
平成31年1月28日（月）	2月25日（月）	3月25日（月）

時 間：10：00～11：45

対 象：当日の月齢が4か月以下で初めてのお子さまとお母さま 12組
（初回、2回目の方が優先です。）

場 所：南部すこやか福祉センター 3階 集団指導室
（住所：弥生町5-11-26）※裏面の地図をご参照ください。

内 容：体重測定・お話会・ミニプログラム

参加費：無料

持ち物：母子手帳・授乳に必要なもの・着替え一式・バスタオル1枚

予 約 & 各実施日2週間前から前日までに電話・窓口にてお申し込みください。
問合わせ： 南部すこやか福祉センター 03(3380)5551

注意事項：体調が優れない方やお風邪の方はご遠慮ください。
キャンセルの際は上記問い合わせ先までご連絡ください。

南部すこやか福祉センター ご案内図

中野区弥生町5丁目11番26号 (中野富士見中学校跡地)



アクセス

電車

- 東京メトロ丸の内線「中野富士見町」駅下車 徒歩5分

バス

- JR 中野駅から、南口バスターミナル1番線
京王バス 渋63 渋谷駅行・宿45 新宿駅西口行「富士高校」下車 徒歩1分

※ 駐車場は台数に限りがあります。車での来場はご遠慮いただきますようお願い致します。