

4か月以下の赤ちゃんとおかあさんへ

H31年度 ほっこり～の鷺宮



赤ちゃんとの生活のこと、授乳のこと、おっぱいのこと、ミルクの足し方、体重のこと、泣いているときの対応、おかあさんの体調など・・・
日頃の思いを助産師やほかのおかあさんとお話しませんか？

内容

- * 体重測定
- * 座談会
- * ミニプログラム
- 例) ☆おかあさんのストレッチ
- ☆ベビーマッサージ
- ☆抱っこひもの使いかたなど

対象

- * おかあさん はじめての子育て中
- * お子さん 月齢：4か月以下
- * 定員 12組
- ※初回、2回目の方が優先です。

参加に際して

- * 参加費 無料
- * 持ち物 ☆母子健康手帳 ☆着替え一式
- ☆授乳に必要なもの ☆バスタオル1枚

【参加申し込み】

【問い合わせ先】



実施日の2週間前より、電話または窓口でご予約をお受けします。

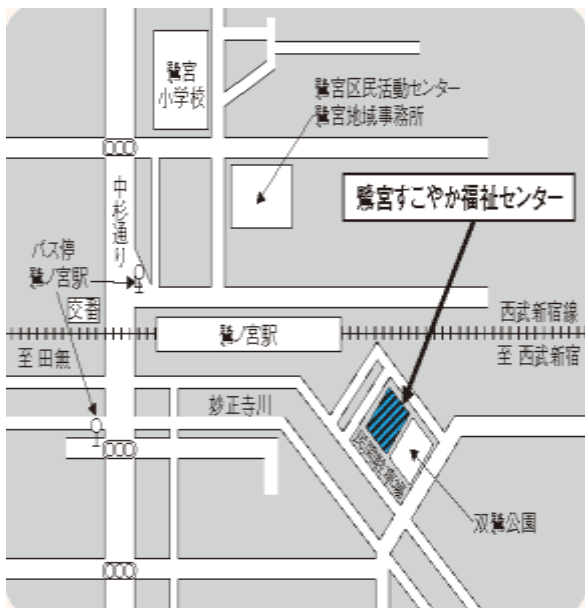
鷺宮すこやか福祉センター 中野区若宮3-58-10 月曜日から金曜日 8:30~19:00
☎ 03-3336-7111 土曜日 8:30~17:00

会場	鷺宮すこやか福祉センター 若宮3-58-10 (⇒地図参照)	
時間	13時半~15時15分	
日程・申し込み受付日	4月25日(木)	(4/11(木)より受付)
	5月30日(木)	(5/16(木)より受付)
	6月25日(火)	(6/11(火)より受付)
	7月25日(木)	(7/11(木)より受付)
	8月29日(木)	(8/15(木)より受付)
	9月24日(火)	(9/10(火)より受付)
	10月24日(木)	(10/10(木)より受付)
	11月28日(木)	(11/14(木)より受付)
	12月17日(火)	(12/3(火)より受付)
	2020年	
	1月30日(木)	(1/16(木)より受付)
	2月27日(木)	(2/13(木)より受付)
3月24日(火)	(3/10(火)より受付)	



お願い) 小さなお子さまが集まる事業です。
体調がすぐれない場合は、参加をご遠慮ください。

※ キャンセルの際は、鷺宮すこやか福祉センター(03-3336-7111)までご連絡ください。



お願い) 小さなお子さまが集まる事業です。
体調がすぐれない場合は、参加をご遠慮ください。

※ キャンセルの際は、鷺宮すこやか福祉センター(03-3336-7111)までご連絡ください。