



ウエルカム!! はじめてママ

～助産師さんに聞く初めてママと赤ちゃんのすごしかた～



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？

対象

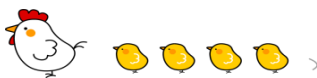
内容

体重測定 座談会、各相談
など、助産師が対応します。

- * 初めて子育てをするお母さん(中野区内在住)
- * お子さん 満5ヶ月になる前日まで
- * 定員 12組 ※初回の方が優先です。

参加に
際して

【参加申し込み】
【問い合わせ先】

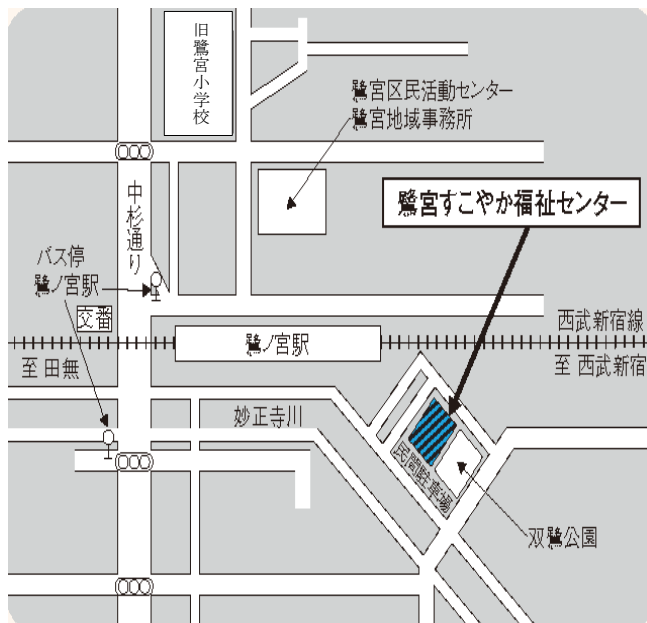


- * 参加費 無料
- * 持ち物 ☆母子健康手帳 ☆着替え一式
☆授乳に必要なもの ☆バスタオル1枚

各実施日の受付日より、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 ☎ 03-3336-7111 月曜日から土曜日 8:30~17:00
(中野区若宮3-58-10)

当日会場	鷺宮すこやか福祉センター 中野区若宮3-58-10 電話 03-3336-7111		
時間	13時30分~14時45分		
令和6年度日程・申込受付日	4月 9日(火)	(3/26(火)より受付)	
	5月 7日(火)	(4/23(火)より受付)	
	6月 4日(火)	(5/21(火)より受付)	
	7月 16日(火)	(7/2(火)より受付)	
	8月 6日(火)	(7/23(火)より受付)	
	9月 3日(火)	(8/20(火)より受付)	
	10月 1日(火)	(9/17(火)より受付)	
	11月 5日(火)	(10/22(火)より受付)	
	12月 3日(火)	(11/19(火)より受付)	
	令和7年		
	1月 7日(火)	(12/24(火)より受付)	
	2月 4日(火)	(1/21(火)より受付)	
	3月 4日(火)	(2/18(火)より受付)	



★お願い★

小さなお子さんが集まる事業です。
体調がすぐれない方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) へご連絡ください。