令和６年度

ほっと mama 講座

★印のついているほっと mama ルームでは、
心理士による『ほっと mama 講座』を開催します。

- 赤ちゃんはなぜ泣くの？
- 赤ちゃんの心の発達　　など

赤ちゃんの「なぜ？」に心理士がおこたえします。

時間：午前 10 時３０分～11 時 30 分

講師：竹田伸子先生　　大阪彩都心理センター

日程・会場

6月5日（水）	エーガイヤちくさ
10 月 2 日（水）	市役所北庁舎
11 月6日（水）	いちのぴあ

ベビーマッサージ＆ママのストレッチ

♥印のついているほっと mama ルームでは、
助産師による『ベビーマッサージ＆ママのストレッチ』
を開催します。

時間：午前 10 時３０分～11 時 30 分

講師：八木　典子助産師　やぎ助産院

持ち物：ベビーローション・ミルク

要予約

※予防接種の日と翌日は、ベビーマッサージは行えません
のでご注意ください。

日程・会場

4月18日（木）	エーガイヤちくさ
8月29日（木）	いちのぴあ
11月13日（水）	はがてらす
2月 5 日（水）	市役所北庁舎

しそうスクスク個別相談

お母さんが疲れを感じたとき、
子育ての不安を話したいと思ったとき、
どうぞお気軽にご利用ください。

対 象　妊婦さん
子育て中のお母さんとそのご家族

時 間　午後１時～

心理士　竹田伸子先生　　大阪彩都心理センター

相談を希望される場合は、
お近くの保健福祉課保健師までご相談ください。

日程・会場

6 月 5 日	エーガイヤちくさ
10月 2 日（水）	市役所北庁舎
11 月6日（水）	いちのぴあ

要予約

**子育てのこと・お母さんのこと・家族のこと・どんなことでもいいので
いつでも気軽に相談してくださいね 。**

宍粟市産前産後サポート事業