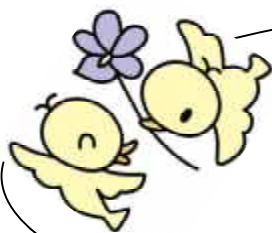


おっぱい教室のご案内

赤ちゃんが生まれたら母乳で育てたいな…どうすればたくさん出るようになるのかな？ 頑張って母乳をあげているけどこれでいいのかな？ 体重増えているのかな？ ミルクはいつまで足せばいいのかな？ 卒乳のタイミングが分からない！…など、おっぱいやミルク等について悩みを抱える方もいらっしゃるかと思います。

おっぱい教室では、母乳のすばらしさや母乳分泌を維持する方法、乳房トラブルの対処法など悩みに応じて専門の助産師がお話します。



対象者：妊娠中の方、育児中の方

時 間：10:00～12:00

場 所：保健センター

持ってくる物：バスタオル、計測希望者は母子健康手帳

★予約が必要です(電話かQRコードからお申込み下さい)

内容	☆ リラックス体操 ※動きやすい服装でご参加ください。 ☆ 母乳育児について ☆ 離乳食や卒乳について																																				
日程	<table border="0"> <tr> <td>令和7年</td> <td>4月</td> <td>16日(水)</td> <td>令和7年</td> <td>10月</td> <td>15日(水)</td> </tr> <tr> <td></td> <td>5月</td> <td>21日(水)</td> <td></td> <td>11月</td> <td>19日(水)</td> </tr> <tr> <td></td> <td>6月</td> <td>4日(水)</td> <td></td> <td>12月</td> <td>17日(水)</td> </tr> <tr> <td></td> <td>7月</td> <td>16日(水)</td> <td>令和8年</td> <td>1月</td> <td>21日(水)</td> </tr> <tr> <td></td> <td>8月</td> <td>20日(水)</td> <td></td> <td>2月</td> <td>18日(水)</td> </tr> <tr> <td></td> <td>9月</td> <td>17日(水)</td> <td></td> <td>3月</td> <td>18日(水)</td> </tr> </table>	令和7年	4月	16日(水)	令和7年	10月	15日(水)		5月	21日(水)		11月	19日(水)		6月	4日(水)		12月	17日(水)		7月	16日(水)	令和8年	1月	21日(水)		8月	20日(水)		2月	18日(水)		9月	17日(水)		3月	18日(水)
令和7年	4月	16日(水)	令和7年	10月	15日(水)																																
	5月	21日(水)		11月	19日(水)																																
	6月	4日(水)		12月	17日(水)																																
	7月	16日(水)	令和8年	1月	21日(水)																																
	8月	20日(水)		2月	18日(水)																																
	9月	17日(水)		3月	18日(水)																																
	☆教室終了後、午後 産後ケア事業(アウトリーチ)を利用し、保健センターで助産師より乳房ケアを受けることもできます。利用希望の方や、ご質問がある方は下記までご相談ください。																																				

<問い合わせ・予約先>

筑後市役所

筑後市こども家庭サポートセンター

TEL 0942-48-1968



育児相談も行いますので、
ミルクで育てている方も
ぜひご参加ください。

