

R7 年度

産

後

ケ

ア

## 事業

- 出産後、自宅に帰っても育児を手伝ってくれる人・相談する人がいなくて不安
- 授乳方法やおっぱいのケアが不安
- 赤ちゃんの育児に不安がある（抱っこや沐浴、生活リズム、泣いたときの対応など）

疑問や不安を医師・助産師・管理栄養士・保健師と話しませんか。  
ひとりひとりの子育てを応援します！

### 1 利用できる方

産後12か月未満のお母さんと赤ちゃん

※ 医療行為が必要な方は対象になりません

### 2 内容 小児科医師・助産師・管理栄養士・保健師による個別相談や講話

- ①お母さんの産後の体調の相談
- ②授乳に関する相談（授乳指導やおっぱいケア）
- ③授乳や沐浴等の育児手技についての相談
- ④お子さんのからだや成長などの心配ごと
- ⑤離乳食の始め方、進め方 などに応じます。



### 3 日程

日にち	時間	ところ
令和7年 4月22日（火）	10:00~12:00	保健センター
6月24日（火）		
8月27日（水）		
10月28日（火）		
12月16日（火）		
令和8年 2月24日（火）		

### 4 利用までの流れ

- ①登録申込書を提出します（電話をいただければ、地区担当保健師がご自宅に伺い申請書をいただきます。）
- ②利用の決定 「利用券」が発行されます
- ③利用の開始 1週間前までに保健センターへ予約してください
- ④利用にあたっての注意点
  - 利用のキャンセルは、利用日の前日までに保健センターへご連絡ください
  - 利用時は、母子健康手帳をご用意ください

【申し込み・お問い合わせ】 美唄市保健センター TEL: 62-1173