

# ひだまりサロン

※予約不要

周りのママや助産師・保健師とお話したり、  
休んだり、自由に過ごせます。  
ご家族の参加も大歓迎です。  
授乳室も完備。



【時間】 10:00~11:30 (時間内出入り自由)

【場所】 関市保健センター 【持ち物】 おくるみ or バスタオル等



【みんなの日】 妊婦さん子育てママさん 誰でも

4月21日(木)	5月19日(木)	6月16日(木)	7月21日(木)
8月18日(木)	9月15日(木)	10月20日(木)	11月17日(木)
12月15日(木)	1月19日(木)	2月16日(木)	3月16日(木)

多胎サポーターが車までお迎えします♪



【ふたごの日】 双子の妊婦さん、子育てママさん

4月26日(火)	5月24日(火)	6月28日(火)	7月26日(火)
8月23日(火)	9月27日(火)	10月25日(火)	11月22日(火)
12月20日(火)	1月24日(火)	2月28日(火)	3月28日(火)

## 安静中の妊婦さんへ

妊娠中に安静が必要になり、来所が難しい場合は、  
個別でオンライン相談ができます。  
お気軽にお電話でお問い合わせ下さい。



お知らせ Instagram・YouTube を配信しています。フォローお願いします！

クラス・サロンの  
様子が見られます♪



動画でもお役立ち情報を提供中!!



赤ちゃんのお風呂(沐浴) 赤ちゃんのお肌ケア 乳幼児の発熱と熱性けいれん

\*申し込み・問い合わせ先\*

関市子育て世代包括支援センター\*ひだまり\*(関市保健センター) 〒501-3873 関市日ノ出町1丁目3-3

【電話】 0575-22-1154

土日・祝日・年末年始を除く

8:30~17:15