

～妊婦さん・産後のママさん・ご家族の皆さんへ～

その悩み

## 助産師へご相談ください♪

たつの市こども家庭センターはつらつでは保健師・看護師・管理栄養士とともに、助産師が勤務しております。悩みがある、産院には相談しにくい、誰に相談したらよいかわからないなど、ちょっとしたことでも構いません。一人で悩まずお気軽にご相談ください。

☆例えば・・・

妊娠中

- ・つわり、腰痛、イライラなどのマイナートラブルがつらい
- ・妊娠と仕事との両立に悩んでいる
- ・体重のコントロールがうまくいかない
- ・周りに妊婦・子育て中の知り合いがない
- ・夫と子育てや家事を話し合えていないので不安 など
- ・出産が不安
- ・上の子の赤ちゃん返りが心配



産後

- ・授乳・育児がうまくいっていないと感じている
- ・乳腺炎になったかもしれない（乳房が痛い、熱が出たなど）
- ・赤ちゃんの扱い方がわからない
- ・産後ケアを使いたいけどどれを選べばいいかわからない など



ご家族のお悩み

- ・妊婦・産後のママをどうやってサポートしたらいいかわからない
- ・産院の出産準備教室に行けなかったなどの事情があり、妊娠、出産、育児のことを個別で知りたい など



※ご相談内容によっては、保健師・管理栄養士等と連携して対応いたします

◎ご相談については、電話、来所での面談、訪問、メールなど、ご希望に応じて対応します。

申し込み方法→QRコードで申し込みいただくか、お急ぎの場合などはお電話にてご連絡ください。

電子申請はこちら



こども家庭センターはつらつ

☎0791-63-5121

