

# マタニティサロン ゆるり



妊娠さん同士の交流の場としてサロンを開催します。講話だけでなくストレッチや呼吸法

情報交換の交流会など楽しくゆるりとした時間を過ごしませんか♪

開催日	内容	参加希望○
① 6月22日(木)	講話「妊娠期の栄養・ミルクについて」、交流会 講師：雪印ビーンスターク 栄養士	
② 7月27日(木)	講話「妊娠・出産について」、交流会 講師：子育て世代包括支援センター 助産師	
③ 8月24日(木)	講話「子育て・母乳について」、沐浴の実際、交流会 講師：子育て世代包括支援センター 助産師	
④ 9月21日(木)	講話「妊娠期の栄養・ミルクについて」、交流会 講師：森永乳業ビジネスサービス 管理栄養士	
⑤ 10月26日(木)	講話「妊娠・出産について」、交流会 講師：子育て世代包括支援センター 助産師	
⑥ 11月30日(木)	講話「子育て・母乳について」、沐浴の実際、交流会 講師：子育て世代包括支援センター 助産師	
⑦ 12月21日(木)	講話「妊娠期の栄養・ミルクについて」、交流会 講師：雪印ビーンスターク 栄養士	
⑧ 1月25日(木)	講話「妊娠・出産について」、交流会 講師：子育て世代包括支援センター 助産師	
⑨ 2月22日(木)	講話「子育て・母乳について」、沐浴の実際、交流会 講師：子育て世代包括支援センター 助産師	
⑩ 3月21日(木)	講話「妊娠期の栄養・ミルクについて」、交流会 講師：森永乳業ビジネスサービス 管理栄養士	

\*変更になる場合があります

詳細はQRコード⇒



**会場：子育て支援センター**（久慈市川崎町11-1 久慈駅東口）

**時間：13:30～15:00**（受付時間13:00～13:20）

**定員：10名**

**持ち物：母子健康手帳と副読本、バスタオル1枚**

**申し込み：随時（電話・Fax可）**

**【問い合わせ・申込先】**

久慈市子育て世代包括支援センター

TEL0194-66-8288 Fax0194-52-3197

..... キリトリ .....

**【マタニティサロン ゆるり】 申し込み用紙**

ふりがな

氏名 \_\_\_\_\_ 出産予定日 令和 年 月 日 \_\_\_\_\_

携帯電話番号 \_\_\_\_\_

参加希望日(数字を○で囲んでください) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩