

女王 女帝 木目 言炎

助産師・管理栄養士・保健師と妊娠中の過ごし方を相談したり、産後の生活を体験したりしてみませんか？

産後の生活は
どう変わるの
かな？


妊娠中の食事で
気をつけたら
いいことは
ありますか？

初めての
お産で心配

赤ちゃんの
お世話って
どうすれば
いいのかな？



金沢市の子育て
支援制度はなに
があるのかな？

対象	金沢市にお住まいの妊婦さんとそのご家族
内容	<ul style="list-style-type: none">・妊娠中や出産後の過ごし方、出産のこと、おっぱいケアについて・妊娠中や出産後の食事の相談、育児支援制度について・抱っこ、着替え、妊婦体験ジャケット等の体験
スタッフ	助産師・管理栄養士・保健師 開催日によって出務するスタッフが変わります。
日程	駅西福祉健康センター：水曜日 泉野福祉健康センター：月曜日 元町福祉健康センター：火曜日 ※必ず二次元コードで開催日をご確認ください。 開催日はこちら 
開催時間	13：30～15：30
予約 問い合わせ先	※要予約（予約は、開催日の1か月前から前日まで受付） ※お住まいの小学校区を管轄する福祉健康センターへ ご連絡ください。 駅西福祉健康センター：電話 076-234-5103 泉野福祉健康センター：電話 076-242-1131 元町福祉健康センター：電話 076-251-0200
持ち物	母子健康手帳

- ・当日の体温を測定し、発熱や風邪症状のないことを確認して、お越しください。
- ・ご家族を含め体調不良等感染症が疑われる場合は参加をお控えください。