

相談  
無料

# 助産師さんの 相談日



- お腹が張りやすいけどどう過ごしたらいいの？
- 思うように授乳ができない
- お風呂の入れ方がいまいちうまくいかない
- 体重は増えているのかな？など

赤ちゃんのお世話や自分のことで困っている事や気になっていることはありませんか？お気軽にご相談ください。

令和4年									令和5年		
4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
18 (月)	23 (月)	20 (月)	19 (火)	22 (月)	20 (火)	24 (月)	21 (月)	19 (月)	23 (月)	20 (月)	20 (月)

時間：10時～11時30分

会場：健康管理センター  
(角館庁舎となり)

対象：妊産婦と赤ちゃん

母乳やミルク  
の与え方は  
これでいいの？



搾乳の  
方法は？

体重測定も  
できます！



個人相談もできます。  
事前にお問い合わせください。



産前・産後サポート事業

仙北市保健課  
Tel43-2252  
080-2813-0835