

令和5年度

# YOSANO プレママ café

～与謝野の妊婦さんへ～ 自分の体のこと、お腹の子どものこと、これからの生活のこと、などゆっくりお話しませんか。助産師さんからお話を聞くことができます。前日までに子育て応援課へ電話予約が必要です。  
お気軽にお電話ください。



お産はどんな感じで進むの？



マイナートラブルって何？  
抜け毛になるってホント？？  
シミができやすくなるの？  
尿漏れするの？

母乳育児、気になるけど…  
準備しているの？



5月・11月はストレッチをメインにした回にします。  
水分をご持参の上、動きやすい服装でお越しください☆ (予約不要)

場所：野田川子育て支援センター

日時：午前9：30～11：30 / 午後1：00～3：00 全て月曜日

※日によって開催時間が違いますのでご注意ください

4月17日 午前 / 5月22日 午後 / 6月12日 午前 / 7月24日 午後

8月28日 午前 / 9月25日 午後 / 10月16日 午前 / 11月20日 午後

12月18日 午前 / 1月29日 午後 / 2月26日 午前 / 3月25日 午後

※毎回助産師が参加します

※気象警報（大雨、洪水、暴風、大雪、暴風雪）発令時はお休みします

～ 妊娠中の疑問に助産師・保健師がお答えします ～

前日までに電話予約してください<(\_ \_)> ただし、5月・11月は予約不要

【予約・問い合わせ先】与謝野町役場 子育て世代包括支援センター（子育て応援課）

保健師まで Tel:0772-43-9024

## 野田川子育て支援センター周辺図

