

令和8年度 北上市産前産後サポート事業

プレママ&ママ応援サロン

完全  
予約制



# まんまる お月さま



妊娠・産後・子育ての悩みを、助産師とゆっくりじっくりお話しませんか？

前半は助産師がテーマごとにミニ講座をします。後半はおしゃべりしたり、相談したり、赤ちゃんの体重測定もできます。妊婦さんも大歓迎です。相談内容は、妊娠中の心や身体のこと、マイナートラブルのこと、育児用品の準備について、お産のこと、母乳・ミルクの相談やママ自身の体調のこと、赤ちゃんの成長発達、抱っこ紐の使い方などお気軽にご相談ください。助産師が常駐します。

開催日：基本第2月曜日 10時～12時

開催場所：黒沢尻北地区交流センター（北上市常盤台1丁目30-20）

定員：10組予約制 参加料：無料（市外の方500円）

対象：北上市内にお住まいの妊婦・おおむね1歳までの赤ちゃんを育てているママ

持ち物：母子手帳、バスタオル、赤ちゃんのお出かけセット（おむつ、ミルク、着替えなど）



令和8年  
4/13(月) 赤ちゃんとの暮らしと遊びについて～春～

第3月曜  
10/19(月) 赤ちゃんとの暮らしと遊びについて～秋～

5/11(月) 赤ちゃんの栄養について～母乳・ミルク・卒乳編～

11/9(月) 赤ちゃんの栄養について～母乳・ミルク・卒乳編～

6/8(月) 赤ちゃんの抱っことおんぶ

12/14(月) 赤ちゃんの抱っことおんぶ

7/13(月) 赤ちゃんとの暮らしと遊びについて～夏～

令和9年 第3月曜  
1/18(月) 赤ちゃんとの暮らしと遊びについて～冬～

8/10(月) 赤ちゃんの栄養について～離乳食編～

2/8(月) 赤ちゃんの栄養について～離乳食編～

9/14(月) 赤ちゃんの抱っことおんぶ

3/8(月) 赤ちゃんの抱っことおんぶ

産前産後ケアハウス

# まんまるだっこ

お問い合わせ

NPO法人まんまるママいわて  
090-6680-1135

Facebook: まんまるママいわて

Instagram: @manmarumamaiwate ▶▶▶



北上市村崎野15地割534-46

受付日時：月・火・木・金曜日 9:00～16:00

メール info@manmaru.org

HP https://manmaru.org

予約は開催日の前月より受け付けております

