

産前・産後サポート事業

※月3回（サロン2回、体操1回）実施しています

場所
費用

花北振興センター和室（予定）
岩手県花巻市四日町一丁目1番地27

無料

（市外の方は500円）

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？

月に2回のサロンでは、ママ同士の交流や、ママのこころやからだのこと、育児・母乳の相談、赤ちゃんの体重測定も行っています。月に1回のまんまる体操では、理学療法士と一緒に体を動かし、ご自宅でも続けられる体操を行います。いずれの回も助産師が常駐しております。妊婦さんも大歓迎です。安心してご参加ください。

完全予約制
先着10名

予約は前月の1日から可能

対象 花巻市在住の妊婦・乳児を子育て中の母親

もちもの 母子健康手帳、いつものおでかけセット（ミルク用品含）、おくるみorバスタオル

花巻まんまるサロン

日時 毎月第1・3木曜日
10時～12時

内容 助産師・ママたちとの、ゆっくりおしゃべりサロン。赤ちゃんの体重測定、育児相談も行います。



花巻まんまる体操

日時 毎月第2木曜日
10時～12時

内容 妊娠中・赤ちゃん連れでも参加できる体操を、理学療法士がお伝えします。助産師もおりますので相談も行えます。



NPO法人まんまるママいわて自主事業

開催場所 産前産後ケアハウスまんまるぽっと

Welcome! ベビークラス

- 対象▶ 妊娠中のご夫婦
- 日時▶ 要望に応じて随時2時間
- 費用▶ 1組 1,000円
- 内容▶ 「産後と育児」
 - ・沐浴やってみよう!
 - ・ワーク「産後の時間割作り」
- 持ち物▶ 母子健康手帳、動きやすい服装

妊婦・母乳・育児・卒乳相談

- 対象▶ ママと赤ちゃん・妊婦さん
- 日時▶ 毎週月～金曜日
9時～16時 最大2時間
- 費用▶ 初診5,000円
再診4,000円
- 内容▶ 乳房ケア、骨盤ケア、赤ちゃんの体重測定、母乳・ミルクのあげ方



NPO法人 まんまるママいわて

「NPO法人まんまるママいわて」は2011年東日本大震災をきっかけに立ち上がった、助産師とママをつなげる母子支援事業をメインにしている団体です。

妊婦・乳幼児を育てている女性たちの身体や心の専門家である助産師がママ達とつながることで、岩手全域のママ達が、少しでも不安が少ない楽しいマタニティ・育児生活を送れるように、日々活動しています。



ご予約・お問い合わせはお電話で

TEL. 090-2981-1135

お問い合わせ時間：平日9:00～16:00

<https://manmaru.org>

