

令和6年度

天塩町

事前予約制
利用料無料

産後ケア事業のお知らせ

出産後に「授乳が上手くいかない」「赤ちゃんのお世話の仕方がわからない」「育児の疲れから体調がよくない」等の困りごとはありませんか？

町が委託した助産師さんが、産後の心身のケアや授乳のこと、子育てについて相談をお受けし、ひとりひとりに合わせてサポートします。ぜひ、お気軽にご相談ください。

【利用できる方】	天塩町に住民票のある、産後1年未満のお母さんとお子さん
【利用料金】	無料
【日時】	6月19日(水)、8月28日(水)、10月23日(水) 12月4日(水)、2月19日(水) ※個別相談は午後の時間帯で予約制となります。
【場所】	保健ふれあいセンター または ご自宅
【実施内容】	のぐち母乳育児相談室(名寄市)より野口智子助産師さんが上記の日程で天塩に来ます。授乳や産後の身体のこと等ご相談ください。 ※上記日程以外で相談したい場合、のぐち母乳育児相談室(名寄市)へ直接行くことも可能です。



授乳がうまく
いかない…

母乳、ミルク、
離乳食の疑問…

産後のからだの
調子がよくない

楽な授乳方法を
知りたい!

どうやって
卒乳するの?

ちょっとした疑問でも、お気軽にご相談ください♪

利用方法

- ①「天塩町産後ケア事業利用申請書」を保健師へ提出し、「天塩町産後ケア事業利用決定通知書」を受け取る
- ②利用の予約をする

◆天塩町で利用する場合 (場所:ご自宅 または ふれあいセンター)

希望する日の1週間前までに保健師へお知らせください。

〈予約先〉 天塩町福祉課ふれあい係 01632-2-1728

◆のぐち母乳育児相談室へ行く場合(名寄市)

野口助産師へ直接電話をして日時を予約します

〈予約先〉 のぐち母乳育児相談室 090-8633-7841

※いずれの場合も、キャンセルは
前日17時までにご連絡ください。



子育て支援センター(あいあいくらぶ)では、助産師さんの育児教室を行っています。
そちらもぜひご利用ください!(裏面参照)

令和6年度

あいあいくらぶ

助産師さんの産後ケア・育児教室

子育て中の保護者の方が、安心して子育てができるよう、助産師さんによる育児教室を実施します。産後の体の回復や育児疲れの解消に役立つヨガや骨盤体操、ベビーマッサージ、育児に役立つ講話などを行います。

授乳や育児に関する相談もできますよ。

育児中の保護者さん同士で交流しながら、楽しいひとときを過ごしませんか。

保育士と保健師もお手伝いしますので、お子さんと一緒に安心してご参加ください。

【日 程】

- ・ 6月19日(水)
- ・ 8月28日(水)
- ・ 10月23日(水)
- ・ 12月4日(水)
- ・ 2月19日(水)

【時 間】10:30～ 【場 所】ふれあいセンター

【対象者】あいあいくらぶ利用の親子

【内 容】

- ・ 育児講話、ヨガ、骨盤ケア
ベビーマッサージ
- ・ 子育ての相談
- ・ 保護者さん同士の交流会 など

毎回の内容が決まりしだい、
お知らせいたします♪

【講 師】

のぐち母乳育児相談室(名寄市)
野口智子 助産師

道北地域の産後ケアを幅広く担い、
たくさんのお母さんたちをサポート
されてきた豊富な経験のある助産師
さんです。

【お問合せ】

天塩町福祉課ふれあい係
子育て支援センター

2-1728
2-1354

