

“地域の助産師があなただの子育てと仲間作りを応援します” 助産師主催の育児サークル

すくすく くらぶ

退院して自宅に戻ったあと、ひとりで育児をしていくのは本当に不安ですよね。

育児書通りにならないし・・・

初めての育児は、分からないこと、不安なことだらけで当然！

専門家である助産師がみなさん、お一人お一人の力になっていきたいと思っています。

病院などで聞きにくかったけど、身近な迷い、困ったこと、ちょっと聞いてみたい、

相談したい。。。等 気軽にいらしてみませんか？



☆0～1歳くらいの赤ちゃんたちとママのコミュニケーションの場です。

他のママたちとお話することで悩みが解決したり、自分の育児に自信が持てたりします。
楽しくわいわいみんなで遊みましょう。

育児への自信

気分転換

簡単な手遊びや
歌遊びの紹介

仲間づくり

赤ちゃんとの
コミュニケーションの
深め方を知る

☆育児の相談窓口となります。

生活習慣や

身長・体重測定

発育相談

母乳育児の
アドバイス

離乳食の相談

お友だちも誘い合わせてお越し下さい。
申し込みはいりません。自由にお越しください。



開催日時：毎月第1火曜日 AM10:00～12:00
(1月・5月・8月はお休みです)

会場：奈良市立平城東公民館 1階和室
参加費は1組300円 です

問い合わせ 石井助産院 0742-26-3581
青柳助産院 0742-44-1103
実藤 千夏 0742-46-5025