

ママ達とたくさん話せた！

また行きたい！

気分転換できた

0歳の赤ちゃん和妈妈集まれ！

子育て交流会

毎月第2金曜日開催

主催：尼崎市 南部地域保健課

同じ悩みを共有できた

楽しかった！



みなさんこんな話をしています！

- ・離乳食のこと（作り方の工夫はどうしてる？など）
- ・1日の過ごし方（家以外どこに行ってる？など）
- ・夜泣きの対応（どうやって毎晩乗り越えてる？など）
- ・運動面のこと（はいはいしなくて心配、など）
- ・家族のこと（パパにもっと手伝ってほしい、など）

保健師にも気軽に相談、
体重測定もできますよ



質問もOK！お気軽にお電話ください

予約制

TEL06-6415-6342

FAX06-6430-6850

場所

南部保健福祉センター 集団指導室
(出屋敷リベル5階)

日時

毎月第2金曜日
午後2時～3時30分

こんなことはありませんか？

- ・初めての育児、これでいいのかな
- ・気軽に話せる友達がいたらいいな
- ・子どもといつも家で二人きり・・・
- ・リフレッシュしたい！
- ・みんなどうやって1日乗り切ってるのかな
などなど・・・

子育て交流会は、子育ての楽しさや不安を話したり情報交換したり・・・自由におしゃべりできる場です。保健師も一緒に参加しますので、何でも相談できます。どうぞお気軽にご参加くださいね☆

対象

0歳児の赤ちゃんのご家族（パパも大歓迎です！）

日時

毎月第2金曜日

令和2年 5月8日、6月12日、7月10日、8月14日、9月11日、
10月9日、11月13日、12月11日
令和3年 1月8日、2月12日、3月12日

午後2時から3時30分（受付は1時45分から）

※3時からマタニティセミナー参加の妊婦さんも参加します

予約制

尼崎市南部地域保健課まで（質問だけでもOK！お気軽にお電話下さい）

TEL：06-6415-6342 FAX：06-6430-6850

3回までの参加とさせていただきます

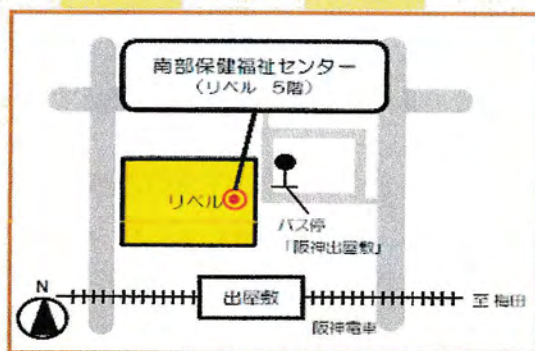
申込み多数の場合は、初回参加の方を優先させていただきます

場所

尼崎市南部保健福祉センター
集団指導室

尼崎市竹谷町2-183 リベル5階
阪神出屋敷駅北へ徒歩1分

※ベビーカーでお越しの場合は5階までそのままお越し下さい。ベビーカー置き場をご案内します。



持ち物

赤ちゃんに必要なミルク・おむつ・バスタオルなど

※ 午前10時の時点で暴風・大雪のいずれかの警報が発令されている場合、事業は中止します。

※ 上記の時間に関わらず、大きなゆれを伴う地震が発生したり、大津波警報が発令された場合は、事業を中止します。