

令和3年度 高浜市母子保健事業のご案内 (妊婦さんと赤ちゃん版)



『妊娠おめでとうございます。』
健康推進グループでは安心して妊娠・出産・育児を迎えていただくために下記の事業を行っています。
赤ちゃんを迎える準備を一緒にしていきましょう。

ままプチさろん

妊婦さん同士の座談会や保健師や栄養士からのミニ講話を行います。
気分転換やお友達づくりの場としてもご利用ください。

- 〈対象〉 高浜市の妊婦さんならどなたでも大歓迎！
- 〈時間〉 午前 9時45分 受付
午前10時00分～10時30分 健康講話
午前10時30分ごろ～ 妊婦さん同士の交流会
- 〈会場〉 高浜市いきいき広場 3階 (こども発達B(6月のみ多目的ホール))
- 〈費用〉 無料
- 〈持ち物〉 母子健康手帳、母子健康手帳副読本
- 〈日程〉

日程	プチ講話内容	日程	プチ講話内容
令和3年 4月15日 (木)	栄養について	10月21日 (木)	栄養について
5月20日 (木)	お口の健康について	11月18日 (木)	お口の健康について
6月17日 (木)	妊娠中の過ごし方	12月16日 (木)	妊娠中の過ごし方
7月15日 (木)	栄養について	令和4年 1月20日 (木)	栄養について
8月19日 (木)	お口の健康について	2月17日 (木)	お口の健康について
9月16日 (木)	妊娠中の過ごし方	3月17日 (木)	妊娠中の過ごし方

妊娠中に食べては
いけないものって？

どんなサポートがあるの？



他の妊婦さんと話したい

効果的な歯の手入れ
について知りたい

なんでも健康相談



育児や健康に関する相談を電話などで保健師がお受けしています。

- 〈対象〉 市民の方
- 〈日時〉 月～金曜日 午前8時30分～午後7時
土曜日 午前8時30分～午後5時
※いきいき広場開所日に準ずる