

妊娠・出産のなやみ

あんしん ホットライン

(妊娠・出産サポート事業 香川県)

妊娠・出産・子育てについて
母乳育児について
思春期・更年期の悩みごと

年齢・性別を問わず、お気軽にご相談ください。
助産師はいつもあなたのそばにいます。
(匿名可・個人情報の保護はお約束します。)

・電話相談

087-843-5588 6時～24時(年中無休)

・メール相談

✉ sanukininshin@song.ocn.ne.jp

※お急ぎの方は電話でご相談ください

・来所相談

産婦人科医師による相談(無料)

奇数月 第3土曜日 14時～16時 1人30分(要予約)
相談予約電話 087-843-5588 (月～金 10時～16時)



すこやか助産師センター

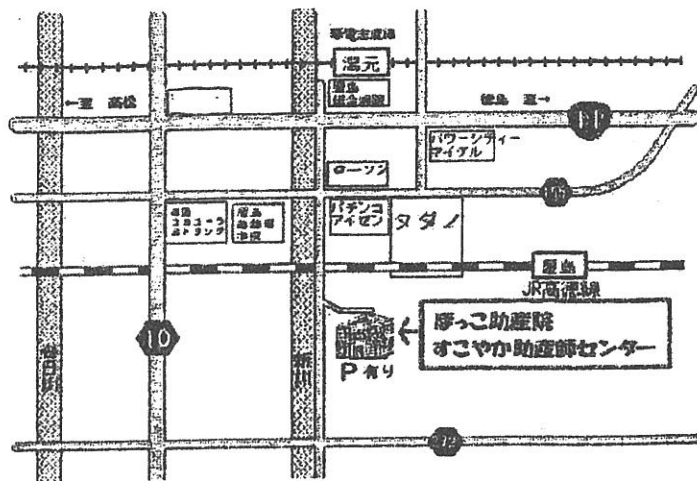
助産師は、いつもあなたを応援します



- ・電話相談
- ・両親学級
- ・ベビーマッサージ
- ・ヨガ(マタニティ/産後)
- ・おっぱい教室

(一社)香川県助産師会

高松市春日町1176番地



教室のお問い合わせ・申し込みはこちらまで

TEL:087-844-4131 (平日の10時～16時)

両親学級

妊娠期は、これから始まる出産や子育てについて夫婦で準備する大切な期間です。両親学級を通して「わたしたちの出産・子育て」について考えましょう。



◎1回目:「楽なお産について」～そのとき夫は何ができる?!

日時: 第2日曜日 14時～16時

◎2回目:「赤ちゃんとのコミュニケーション」

～一緒にお風呂・一緒に子育て～

日時: 第3日曜日 14時～16時

・参加費(テキスト代含む): 夫婦で1回につき ¥1,500

お一人で1回につき ¥1,000

※どちらか1回のみでも、また夫婦どちらかお一人でも受講できます。

持ちもの: 母子健康手帳・タオル・動きやすい服装でどうぞ。



いのちの出前講座



子どもたちへの「いのち」の教育は親の大切な仕事です。

日ごろの生活の中で「いのち」の大切さを伝えていきましょう。

幼稚園・保育園・グループなどでの講演活動として、私たち

助産師がお手伝いを致します。



ベビーマッサージ

赤ちゃん楽しくふれあいましょう♪

日時: 第1・3水曜日 13時～14時30分

参加費: ¥1,000/回

対象: 生後2カ月～1才までの赤ちゃんとお保護者

持ち物: 母子健康手帳・バスタオル・赤ちゃんのお出かけ準備



ヨーガ教室

安産を願って、そして健やかな子育てのために、
ヨーガで心と体の準備をしませんか?

◎マタニティヨーガ(妊娠15週以降)

日時: 毎週水曜日(第5週はお休み) 10時～12時

参加費: ¥1,200/回 (6回前納 ¥6,000)

◎産後のヨーガ(産後2か月～1年) 赤ちゃんと一緒に

日時: 第2・4水曜日 13時～14時30分

参加費: ¥1,000/回

持ち物: 母子健康手帳・バスタオル・動きやすい服装で。

おっぱい教室

(妊娠24週より)

楽しい母乳育児のために ～妊娠中からの準備～

日時: 第4木曜日 13時～15時

参加費: ¥1,000/回

持ち物: 母子健康手帳・ガーゼのハンカチ