

2019年度  
8月からの  
お知らせ

# 助産師のいるサロン

@こみゅーん

ママがいきいき！赤ちゃん元気！！  
笑顔で子育て♥Happy time



\* 予約不要。受付時間【9:45～10:00】までに会場にお越しください。

時間...10:00～11:45 参加費...無料  
(木曜日)

「持ち物」

- ・親子健康手帳
- ・赤ちゃん外出必需品
- ・バスタオル、おくるみ
- ・ママの飲み物

【お問い合わせ先】 平日9:00～16:00  
特定非営利活動法人 Commune with 助産師  
こみゅーん助産院

〒970-8036 いわき市平谷川瀬2丁目11-12  
Tel 0246-23-3303(さんさんお産)

☆ 会場が変更になります。

いわき市総合保健福祉センター  
1階 健康運動室

所在地：いわき市内郷高坂町四方木田191



☆ 8月以降の日にちが変更になりました。

## ♪ 今月のお話し ♪



2019年	妊婦さん・ 寝返り赤ちゃん(6か月頃) までのサロン		はいはい赤ちゃんから 1歳お誕生日までのサロン
4月25日	赤ちゃんの栄養・おっぱい	5月23日	衣類による体温調節
6月27日	熱中症対策	7月25日	トイレトレーニング
8月1日	ママの骨盤ケア	9月5日	赤ちゃんのスキンシップ
10月3日	赤ちゃんのスキンケア	11月7日	インフルエンザ・胃腸炎について
12月5日	いのちのおはなし	2020年 1月9日	卒乳・おっぱいの話
2月6日	赤ちゃんのスキンシップ	3月26日	赤ちゃんの事故防止

\* 8月～ 偶数月：産後を楽しむ「親子フラ」・「ベビーマッサージ」 奇数月：「離乳食相談(栄養士)」・「産後ダンス」も行います。

♥赤ちゃんの体重・身長を計測できます。