

ちょっと役立つ勉強会付き♡

がんばるママの息抜きに！

ママのお茶会

妊娠・出産おめでとうございます。

妊娠中の方は、赤ちゃんとの新しい生活を心待ちにしていることと思います。また、出産後の方は赤ちゃんの成長を楽しみながらも、慌ただしい毎日をお過ごしのことと思います。妊娠中や産後は体の変化から、女性が特に不安になりやすい時期でもあります。そこで、不安の解消のお役に立てればと思い、ママを対象としたお茶会を企画しました。

楽しく情報交換したいママ、初めての出産で不安なママなどなどみんな大歓迎です！

日程

令和7年 4月15日

5月20日

6月10日

7月15日

8月26日

9月 9日

10月28日

11月11日

12月23日

令和8年 1月27日

2月10日

3月17日

全日程、火曜日開催です♪



- ❖対 象：妊娠中から、おおよそ産後1年位の
仕事復帰前の子育てママ
- ❖場 所：三川町社会福祉センター
- ❖時 間：10：00～11：30（毎月1回）
- ❖参加費：無料
- ❖定 員：1回5組（2組以上で開催）
- ❖内 容：フリートーク、ミニ講話、お茶タイム
- ❖持ち物：母子健康手帳、赤ちゃんに必要なもの
（ミルク、オムツなど）

❖助産師さんの出産・子育てアドバイス

❖こんな時どうする？赤ちゃんの病気と症状、対処法

❖妊娠中、産後ママの食事について

❖ママの体、病気のこと～女性の健康について～



少しですが、お茶とおやつを準備してお待ちしています。
リフレッシュしに来てくださいね♪

【問い合わせ・申し込み】

申し込み締め切りは開催日の1週間前まで

お電話は土日、祝日を除く8：30～17：00まで、メールは随時受け付けます。

❖定員になり次第、申し込みを締め切る場合がございますのでご了承ください。

❖メールの件名は、「ママのお茶会」とし、①参加日 ②町内会 ③参加されるお母さん（お子さん）のお名前 ④日中連絡のつく電話番号を記入してください。

❖当日聞きたいことや相談したいことがある方はご記入ください。

三川町母子健康包括支援センター（三川町役場健康福祉課健康係内）

TEL：0235-35-7033 Mail：kenkou@town.mikawa.yamagata.jp

＼申込はこちら／

