



すこやか相談&ペンギンるーむ

すこやか相談

妊婦さんから
子育て中の方ならどなたでも！

妊娠中から出産、育児全般に関するさまざまな疑問や悩みなどに専門スタッフが個別に対応します。

◇時間◇
10:00~11:00

◇相談スタッフ◇
助産師・保健師・管理栄養士・歯科衛生士・臨床心理士

~どんなことでもお気軽にご相談ください~



出産の準備について
知りたいな。

母乳で育てたいなあ。
妊娠中に何かできる？

身長や体重を
はかってもらいたい。

授乳がうまくいかない。
母乳が足りているか心配。

離乳食が進まない。

?



断乳って
どうしたらいいの？

赤ちゃんが生まれてから、
上の子が大変。
どう関わったらいいの？

子どもの歯の手入れ
いつからどんな風にしたら
いいの？

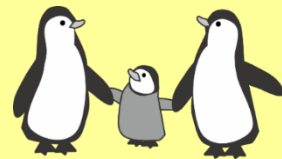
ペンギンるーむ

妊婦さんと
2歳までの親子対象！

妊婦さんと子育て中の産婦さんの交流の場です。からだところをほぐしたり、妊娠・出産・育児などで出てくる疑問などを子育て中のママとお話しましょう。お子さんと一緒に参加できます。ぜひお気軽にお立ち寄りください。すこやか相談の待ち時間としてもご利用ください。

◇時間◇
10:00~11:00 時間内は出入り自由です。
11:30まではオープンスペースとして、部屋を開放中。
入室時にスタッフにお子さんのお名前をお伝えください。

◇内容◇
*子育て学習センタースタッフによるイベント
*絵本の読み聞かせ
*自由交流



~子育て学習センターや図書館からの
イベントもしています~

各子育て学習センターに出張します！

**予約不要です！
お気軽にお越しください！！**

実施日	場 所
令和8年4月22日(水)	朝来子育て学習センター★出張相談
5月20日(水)	山東子育て学習センター★出張相談
6月23日(火)	生野子育て学習センター★出張相談
7月22日(水)	和田山子育て学習センター★出張相談
8月26日(水)	朝来市保健センター
9月24日(木)	朝来市保健センター

実施日	場 所
令和8年10月21日(水)	朝来市保健センター
11月25日(水)	朝来市保健センター
12月8日(火)	朝来市保健センター
令和9年1月27日(水)	朝来市保健センター
2月24日(水)	朝来市保健センター
3月24日(水)	朝来市保健センター



※警報発令時や感染症の流行状況によっては中止となります。

【お問い合わせ】
朝来市役所 子育て支援課 こども健やか係

☎ 079-666-8103