

ママ達とたくさん  
話せた！

また行きたい！

気分転換できた

0歳の赤ちゃん和妈妈集まれ！

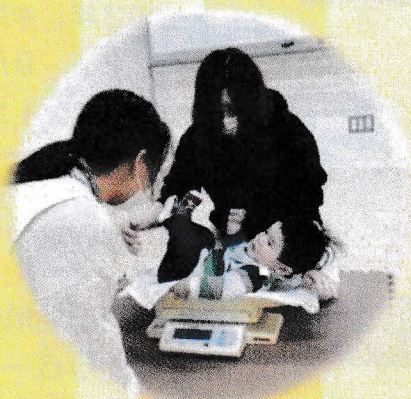
# 子育て交流会

毎月第2金曜日開催

主催：尼崎市 南部地域保健課

同じ悩みを  
共有できた

楽しかった！



## みなさんこんな話をしています！

- ・離乳食のこと（作り方の工夫はどうしてる？など）
- ・1日の過ごし方（家以外どこに行ってる？など）
- ・夜泣きの対応（どうやって毎晩乗り越えてる？など）
- ・運動面のこと（はいはいしなくて心配、など）
- ・家族のこと（パパにもっと手伝ってほしい、など）

感染予防を行って開催します。  
体調の確認など  
ご協力をお願いします。

保健師にも気軽に相談、  
体重測定もできますよ



質問もOK！お気軽にお電話ください

予約制

TEL 06-6415-6342  
FAX 06-6430-6850

場所

南部保健福祉センター 集団指導室  
(出屋敷リベル5階)

日時

毎月第2金曜日（一部変更あり）  
午後2時～3時

## こんなことありませんか？

- 初めての育児、これでいいのかな
- 気軽に話せる友達がいたらいいな
- 子どもいつも家で二人きり・・・
- リフレッシュしたい！
- みんなどうやって1日乗り切ってるのかな  
などなど・・・

子育て交流会は、子育ての楽しさや不安を話したり情報交換したり・・・自由におしゃべりできる場です。保健師も一緒に参加しますので、何でも相談できます。どうぞお気軽にご参加ください☆

### 対象

0歳児の赤ちゃんご家族

### 日時

毎月第2金曜日（一部変更あり）

令和3年 4月9日、5月19日、6月11日、7月9日、8月13日、  
9月10日、10月8日、11月12日、12月10日  
令和4年 1月14日、2月10日、3月11日

午後2時から3時（受付は1時45分から）

※変更の可能性あり

### 予約制

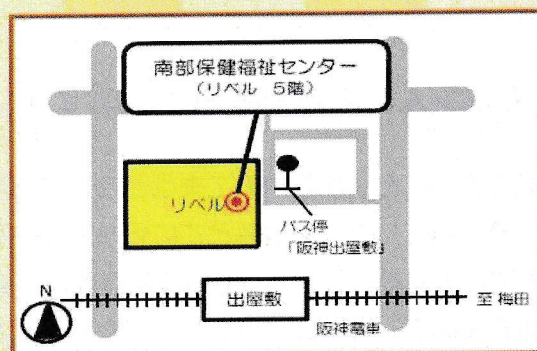
尼崎市南部地域保健課まで（質問だけでもOK！お気軽にお電話下さい）  
TEL：06-6415-6342 FAX：06-6430-6850  
3回までの参加とさせていただきます  
申込み多数の場合は、初回参加の方を優先させていただきます

### 場所

尼崎市南部保健福祉センター  
集団指導室

尼崎市竹谷町2-183 リベル5階  
阪神出屋敷駅北へ徒歩1分

※ベビーカーでお越しの場合は5階までそのままお越し下さい。ベビーカー置き場をご案内します。



### 持ち物

赤ちゃんに必要なミルク・おむつ・バスタオルなど

※ 午前10時の時点で暴風・大雪のいずれかの警報が発令されている場合、事業は中止します。

※ 上記の時間に関わらず、大きなゆれを伴う地震が発生したり、大津波警報が発令された場合は、事業を中止します。