

令和3年度

たまひよサロン

妊婦さん～7か月の親子
の交流タイム♪

たまひよサロンは妊婦さんから生後7か月の親子を対象としたサロンです。

- 友達をつくりたい
- 助産師さんと話したい
- ベビーマッサージをしたい
- 赤ちゃんの体重を測りたい
- 赤ちゃんや自分のことをちょっと相談したい など



お友達を作りながら、専門職にも相談できるサロンです。妊娠中に家にいる方、育児中の友人がいない方、地域の子育て広場に出たことがない方など、ぜひお気軽にご参加ください。

サロンの流れ

- 9:45～10:00 受付
- ～10:10 計測（希望者）、個別相談
- 10:10～10:50 各コーナーに分かれて交流
- 10:50～11:00 全体で助産師さんと交流（11:00 終了）
- ～11:30 希望者は自由に交流



妊婦さんコーナー

妊婦体操や骨盤ケア
助産師との交流 など

7か月頃までの親子のコーナー

ベビーマッサージ など

- ☺ 持ち物 母子健康手帳 バスタオル
- ☺ 参加者 妊婦5人、生後7か月頃までの親子5組程度まで
※先着順（初回参加優先）
- ☺ 場 所 子育て・移住サポートセンター（養父市八鹿町八鹿 1694-1）
- ☺ 申込み 養父市役所健康課 ☎ 079-662-3167

オススメは7か月頃までですが
1歳まで参加可能です

★参加者へのお願い★

- 会場内が密にならないよう参加人数を制限させていただいております。参加希望者は必ず事前に申し込みの連絡をお願いします。
- 兄弟の参加もできる限りご遠慮いただきますようお願いいたします。やむを得ず、連れてこられる場合は申し込みの際にご相談ください。
- 保護者の方はマスクの着用をお願いします。
- 換気のため、部屋の窓を開けます。天候に合わせて衣服の調整や水分の持参等をお願いします。

☺ 令和3年度日程 毎月1回開催（原則第2金曜日 ※変更になる場合があります）

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
16	14	11	9	20	10	8	12	10	14	18	11