

ママのこころの相談会

一人で悩まず、お気軽にご相談ください。

女性にとって、妊娠・出産は人生の中でとても大きな出来事です。妊娠中や出産後は、「きちんとやらなきゃ」とがんばってしまうもの。特に産後は、出産の疲れがとれないうちから、授乳や泣き止まない赤ちゃんのお世話など、体力的・精神的にも、追い詰められてしまいがちです。

このように、環境の変化、妊娠・出産によるホルモンバランスの急激な変化、育児のストレスなどによって、心と体に不調をきたすことは、よくあることです。

そんな心と体のSOSに気づいた時は、がんばらなくてもいいんです。

臨床心理士による相談

時 間 9時30分～11時（予約制）

場 所 健康交流プラザ・サンウェル

開催日 毎月第3火曜日

4月16日	10月15日
5月21日	11月19日
6月18日	12月17日
7月16日	1月21日
8月20日	2月25日
9月17日	3月18日



保健師・助産師による相談

いつでもお気軽にご相談ください



お問い合わせ・相談予約

入善町子育て **ほっと**ステーション **にゅうにゅう**
元気わくわく健康課 保健センター

7 2 - 0 3 4 3 8:30～17:15 土・日・祝日除く