## <子育て・女性・思春期相談事業>

思春期・妊娠・不妊・更年期・性の悩み相談も受けます

母乳が足りているか心配! 乳腺炎にならないかなぁ

体重が増えているのかわからない

泣きが強くてどうしたらいいのか

相談できる人がいない これでいいのか確認したい 見てほしい

離乳食の事が心配 夜泣き・卒乳などの成長に関わる悩み

・・・などありませんか?





- 育児に悩んでるときは相談においで下さい~

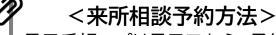
## 電話相談

Tel090-5199-1637

□ 〉ちょっと心配・相談に行けないとき電話で相談できます < 開設時間内にお電話ください>

## 来所相談 ※要予約

1組30~40分程度 対面で相談できます!



母子手帳アプリ母子モから、予約 ができます。









ご利用は こちらの 二次元





☆事前に母子手帳アプリ母子モからの 予約が必要です!

産後 12 か月未満のお母さんとお子さん 産後ケアの来所型の相談室です。

・ 事前に市役所で申請して下さい。チケット(5枚)を郵送 しますので来所時にご持参下さい。

12 か月以上のお母さんとお子さん

・ 事前申請は必要ありません。

日時: <月·木·金>am9:30~11:30 <金>pm1:30~3:30

※但し、年末年始・祝日はお休みになります

場所:上越市市民プラザ こどもセンター ベビールーム

(上越市土橋2554)

問合せ 上越市こども家庭センター 025-520-5843

担当 上越助産師会