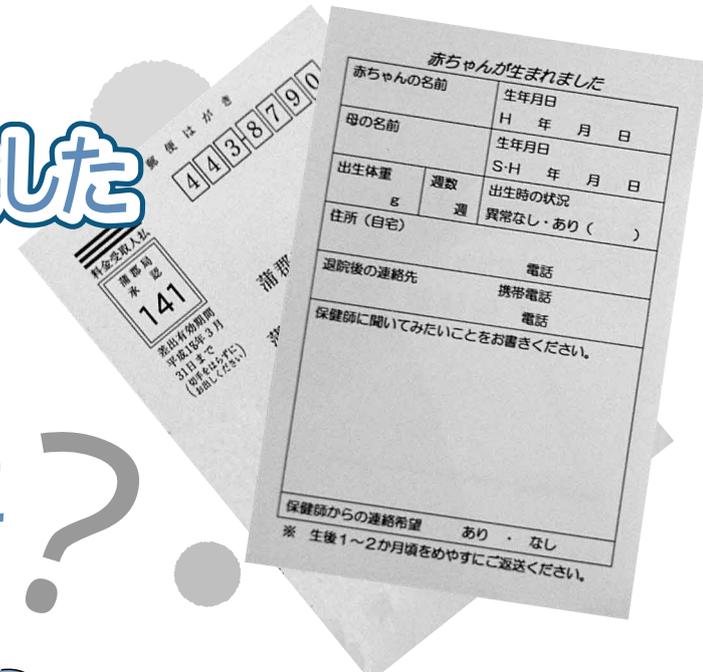


赤ちゃんが生まれました ハガキ

ってなあに？



保健センター 67 1151
Eメール hoken@city.gamagori.lg.jp

初めて出産されたお母さんは、赤ちゃんを育てていくうえで、わからないことや困ったことなどがあると思います。今年4月1日から、保健センターでは、赤ちゃんのことで保健師にいつでも相談していただけるよう、妊娠届出書を出された第1子出産予定の方に、「赤ちゃんが生まれましたハガキ」をお渡ししています。

赤ちゃんや子育てのこと、わからないことは、なんでもおたずねください

皆さんから、赤ちゃんが生まれましたハガキで、いろいろな相談が寄せられています。母乳が出ているか心配、母乳が出すぎて困っている、初めての子育てでいろいろと不安が多い、子育てや家事に一生懸命になりすぎて疲れている、外出ができなくてストレスを抱えている、双子を出産したが…など、さまざまです。妊娠に伴う自分の体調や環境の変化になれないうちに出産を迎えると、ストレスを強く感じるようになります。また、出産後の母体は、ホルモンのバランスがくずれ

赤ちゃんが泣いても、あわてなくていいですよ

赤ちゃんが泣いても、あわてなくていいですよ。赤ちゃんは、いろいろな理由で泣きます。泣いたら、声をかけたり、抱っこしてあげたり、あやしているうちに、赤ちゃんとの付き合い方が分かってきます。1人ひとり個性を持って生まれてきた赤ちゃんです。わが子はどんな個性を持っているのか、どのように育ててほしいのか、お母さん、お父さんは、ご自分の赤ちゃんとしてしっかりお付き合いください。といっても、あまり肩に力を入れないで、できるだけ赤ちゃんとのゆったりとした時間が持てる

赤ちゃんが泣いても、あわてなくていいですよ。初めての子育ては、わからないことが多く、いろいろな不安がつきまとい、思うようにはいかないものです。家族や周囲の人からの温かい言葉かけや協力があると、お母さんはとても気持ちが安らいで、赤ちゃんに優しく接することができま



保健センター・児童館にて開催
(日程時間は、保健センターにお問い合わせてください)

電話相談 月々金
午前8時30分～午後5時15分
子育て相談 毎月第1水曜日
午前9時30分～11時30分
赤ちゃんサロン