

宮古市

訪問型産後ケア事業のご案内

安心して子育てができるよう専門職がサポートします😊

- ◆授乳がうまくできない、母乳やミルクはこれで大丈夫？
- ◆あかちゃんの体重が増えているか不安
- ◆おっぱいや乳首が痛い…どうしたらいいの？
- ◆おむつの仕方やお風呂の入れ方、これで大丈夫？
- ◆色々不安でしんどい…話を聞いてほしい
- ◆産後の生活ペースがつかめない
- ◆相談できる人がいない！ など

いろいろな産後の悩みや困り…

ひとりで抱え込まずぜひご相談ください！

※赤ちゃんの一時預かりや家事代行等を行うものではありません



産後1年未満のお母さん(あかちゃん)が利用できます

- ◆平日 9:00～16:00 の中でお伺いします
- ◆1歳誕生日前日までの期間で利用回数制限はありません
- ◆料金は無料です



の元気があがれ みやこ、子の

宮古市保健福祉部こども家庭センター 母子保健係

〒027-8501 宮古市宮町一丁目1番30号

TEL:0193-68-9121