



# Baby & Mom's ROOM



～初めてご出産されたお母さんへ～

★2024 産後ルーム★

要予約



## ママはぐ

初めての育児は心配事でいっぱいですね。近くに親せきや知り合いがおらず、日中一人で育児をしていることが多い方に向けて、産後ルームを開催しています。お母さん同士の交流や赤ちゃんとのふれあい遊びを体験したり、日頃疲れた体を休めたり仲間づくりをしませんか？



会場

平塚市保健センター

時間

10:00～13:00

参加費

500円

持ち物

バスタオル（赤ちゃん用）  
母子健康手帳  
その他、各自必要なもの

定員

動きやすい服装でお越しください  
16組

対象

平塚市在住  
産後4か月以内の初産婦さん

以下のいずれかに当てはまる方

- 育児に不安のある方
- 近くに支援者がおらず、日中一人になりがちの方





# 開催日



4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	R7年 1月	2月	3月
26日 金	27日 月	24日 月	22日 月	23日 金	30日 月	28日 月	25日 月	23日 月	24日 金	21日 金	24日 月



2日前までにお電話にて  
お申し込みください

## 《アクセス》

神奈川中央交通バス  
平塚駅北口4番線

- ◆平65系統  
大島経由 田村車庫行き
- ◆平97系統  
平間・大島経由  
伊勢原駅南口行き

「湘南車検場前」下車  
徒歩2分

**平塚市保健センター**  
平塚市東豊田448番地3

TEL:0463-55-2111  
受付時間：8時30分～17時  
(月～金曜日) ※祝日を除く

