

# おっぱい



「赤ちゃんが上手におっぱいをのめない」

「おっぱいが足りているのか心配・・・」

区内の助産師さんが、授乳中のお母さんの困っていること、  
迷っていることなどを、一緒に考えてくださいます。

おっぱいの自己ケアの方法など、気軽に相談してください。

✿ 助産師：石川真由美さん

✿ 日 時：2月19日（木）

10：20～12：00

✿ 定 員：4名

（約20分程度の個別相談です）

✿ 持ち物：フェイスタオル1枚・母子手帳

✿ 申 込：2月5日（木）10：00～

先着順 / 電話申し込み

東陽子ども家庭支援センターみずべ 03-3699-4871