



鹿沼市健康課
いちごっこ かめま
(こども家庭センター)



母子保健コーディネーター（保健師等）が妊娠・出産・子育ての相談をお受けします！

子育て世代の皆さんが、安心して子どもを産み育てることができるよう、妊娠期から子育て期までの切れ目のないサポートを行う相談窓口です。

皆さんの不安や悩みについて、お話を聞きながら、一緒に解決していけるよう保健師等の専門職がサポートします。

●どこに相談すればいいの…？

いちごっこ かめま (こども家庭センター)

☎ 0289-63-2819

●いつ相談できるの…？

月～金 (祝日・年末年始を除く)

午前9時～午後4時30分

妊娠・出産・
子育て

こんなこと、あんなこと、
相談したいけどいいのかな…？

**一人で悩まず
まずは
相談しましょ！**

赤ちゃんがほしいけれど…

仕事と育児
両立
できるか心配

初めての赤ちゃん
元気に生まれて
くれるか
心配

妊娠したけれど…

産前・産後
家事や育児を
手伝ってくれる人を
さがしたい…

妊娠中って
どんなことに
気をつけて生活したら
いいのかな…

赤ちゃんが生まれた…

いろいろな
情報が
ありすぎて
迷ってしまう

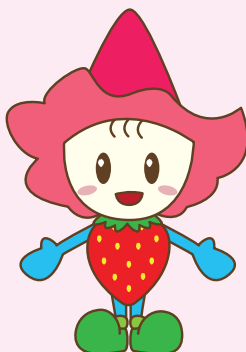
赤ちゃんが
ぐっすり寝て
おっぱいもいっぱい飲んで
くれるといいな…

子育てがむずかしい…

相談先がない
近くに知り合いが
ほしい…

育児方法が
わからない
周りに教えてくれる人が
いたらな…

育児が負担
子どもはかわいいけれど
このままだと
どうにかなって
しまいそう…



経済的に**不安**で
どうしたらいいのか
わからない…

**妊婦さんから、就学前の
子育ての相談窓口です。**