

2024年度 釜石市

# 産前産後 サポート事業

※参加費※  
**無料**



相談・おしゃべり

助産師が常駐するサロンです。  
妊婦さんから子育て中の方(概ね1歳未満)が気軽に  
妊娠・出産・子育てについて専門家に聞いたり  
ママ同士の交流ができる場です。



## 釜石まんまるサロン

※毎月第3水曜日開催※  
(8月・1月は第4)

4/17

5/15

6/19

7/17

8/28

9/18

10/16

11/20

2025

12/18

1/22

2/19

3/19

6月19日と12月18日は



食生活改善推進員さんと  
一緒に簡単・郷土おやつを作って  
食べよう!

持ち物 三角巾・エプロン・  
おんぶ紐 等



**対象** 釜石市内の妊婦さんおよび  
子育て中のママ(おおむね1歳まで)

**時間** 10:00~12:00

**場所** 釜石市保健福祉センター  
のぞみ病院2階【はぐみルーム】  
(釜石市大渡町3-15-26)

**参加方法** **予約制** 前日の16時までに  
お電話にてご予約ください。

**持ち物** 母子手帳・お出かけセット・バスタオル



お申し込み・  
お問い合わせ

TEL 090-2981-1135 (いい産後!) 電話受付時間  
平日 9時~16時  
info@manmaru.org <https://manmaru.org>