

大館市産前・産後ママサポート事業

大館市で安心して産前産後を過ごせるように、お母さんと嬉しいこと、大変なことを共有しながら、時に一緒に考え、みなさんの子育てを応援します。

こんなかたが利用しています

妊娠中ですが、出産を迎えるにあたって、いろいろ買おうとしているところです。これは買って置いて良かった、これは買ったけどあまり使わなかったなあ・・・とか、育児の先輩からの経験談が聞きたいな。



私の育児ってこれでいいのかしら・・・赤ちゃんの体重は順調に増えているみたいだけど、不安でいっぱい。赤ちゃんが泣き止まないとイライラしちゃうし。些細なことが気になって、家族にもあたっちゃう。こんなはずじゃなかった。私のこの気持ちどうにかしたい。



里帰り先から帰って来たけど、知り合いもあんまりなくて。気づいたら日中は誰とも話していない日があったり・・・誰かと話をしたいな。



ママサポーターがゆっくりとお話をうかがいます。子育ての経験からお伝えできることもありますよ。サークルや子育て支援室の見学と一緒にいくこともできます。

あなたの子育てを応援！
ママサポーターはこんな人です

- * 子育ての経験があり、保育士の資格があります。
- * あなたのお話を聴くのが主な活動です。保育士の経験や子育ての経験からお話できることもあります。
- * 大館市保健センターに勤務しています。

がんばる女性こそ悩んでいます。

悩んだとき、困ったときに相談できる人はいますか？

悩みを相談できる人が少なく、一人で抱え込んでしまっているかたが増えています。

家族が愛しくて心配なのに「どうしていいのかわからない」とき、

思い切って相談してみませんか。

子育てに「正解」「不正解」はありません。あなたと同じことで悩んでいる人もきっといます。

ママサポートはそんなあなたの「子育て応援隊」です。



利用の仕方は裏面をご覧ください



大館市産前・産後ママサポート事業

◎利用できるかた◎

妊娠中、またはおおむね生後 12 か月までの子どもを育てているお母さん
※大館市に住所があるかたに限ります。

◎利用場所◎

大館市内
※市外に里帰りされているかたは、大館市に帰って来てからの利用となります。

◎利用時間◎

平日（月曜～金曜日）
≪午前の部≫午前 9 時～午前 11 時 30 分
≪午後の部≫午後 1 時 30 分～午後 3 時 30 分

※利用時間の目安は、1 回あたり 60 分～120 分です。
※お申込みの状況によっては、利用日程の調整をさせていただく場合があります。

◎利用料金◎

無 料

◎申し込み方法◎

利用したい日にちの **1 週間前まで**にご連絡ください。

申込先 43-7101（大館市子育てサポート さんまある）

申込み受付時間 平日（月曜～金曜） 午前 8 時 30 分～午後 5 時



産前・産後ママサポートを利用したい
のですが・・・



≪お問い合わせ先≫

〒017-0897 大館市字三ノ丸55
大館市子育てサポートさんまある
（大館市保健センター内）
TEL：43-7101