

パパもママも一緒に 家族でえがお 産後のほっとタイム



育児の
リフレッシュ



月齢の近い
親子交流の場



パパと赤ちゃんの
ふれあいの時間



不安や悩みを
気軽に相談



完全予約制（定員最大10組）

- ①周南市に住民票がある
- ②申込み時、**初産の産後5か月未満**の親子
※パパとお子さんのみの参加可能
※リピート参加不可



毎日頑張っているパパ、ママが、ほっと一息つけるようなリフレッシュの時間を一緒にすごしませんか。
同じ時期に子育てを頑張っている仲間と交流しながら、助産師等のスタッフと一緒に楽しい時間を過ごしましょう！

日程・場所

R6年7月からSTART!
2か月に1回程度の土曜日
10:00～11:30に
市民センター等市内の会場
で開催予定です。

参加費

原則無料です。
内容によっては、食事や
施設利用料のみ一部実費
がかかることがあります。

内容

- ・親子でベビーマッサージ
- ・ふれあい遊びの紹介
- ・家族でできるストレッチ
- ・助産師・保健師による
授乳、育児相談 など

..... ご予約は1か月前の9時から先着順です

LINE

- ①左のQRコードから公式LINEをお友達登録。
- ②トークに「ほっとタイム」と送る。
- ③送られてきたURLから申し込みフォームに入力→送信。

ほっとタイム

産前産後ケア専門出張助産院 えがおひろがる
（助産師・保健師 塩谷）

この事業は、周南市あんしん子育て推進課より業務委託を受けて実施しています。



第6回
in 湯野温泉

パパもママも一緒に

家族でえがお 産後のほっとタイム



毎日頑張っているパパ、ママ
家族一緒にほっと一息、
リフレッシュしにきませんか？



2025年 3月8日（土）

10:00 - 11:30

（受付9：30～）

♡参加費 無料♡

初産の産後5か月未満の方

先着10組

会場： 湯野温泉 芳山園 2階大広間
（周南市大字湯野4255-1）

内 容

- ・親子でベビーマッサージ、夫婦でストレッチ
- ・ふれあい遊びの紹介
- ・キットパス足型スタンプで記念を残そう
- ・助産師、保健師による育児相談、体重測定 など

※内容詳細は申し込みフォームをご覧ください。



.....ご予約は2月8日(土)の9時から先着順です.....

LINE

- ①左のQRコードから公式LINEをお友達登録。
- ②トークに「ほっとタイム」と送る。
- ③送られてきたURLから申し込みフォームに入力→送信。

ほっとタイム

産前産後ケア専門出張助産院 えがおひろがる
（助産師・保健師 塩谷）

この事業は、周南市あんしん子育て推進課より業務委託を受けて実施しています。

