

# 紀の川市子育て世代包括支援センター「はぐくみサポート紀の川」

## はぐくみ個別相談♪

**対 象** 紀の川市にお住まいの妊産婦、乳幼児(就学前)とその家族

**時 間** 月～金(祝日・年末年始を除く)の9時～17時15分

- ミルクの量や授乳のこと
- 赤ちゃんのお世話のこと
- 乳幼児の発育や発達のこと
- 産後の育児のこと

- きょうだいの育児のこと
- 家庭のこと
- 自分自身や夫(パートナー)の健康のこと



### ❁ 来所相談

- 予約は不要です。(混雑時は少しお待ちいただく場合があります)
- 開設時間内に、いつでもお越しください。
- 場所は、紀の川市役所本庁2階 こども課内「はぐくみサポート紀の川」です。
- 持参する物は、母子健康手帳・ミルクやおむつ・お茶等です。
- 発熱や体調不良のある方は来所を控えてください。

### ❁ 電話相談

- 開設時間内に、いつでもお電話ください。
- ご希望に合わせて、訪問による相談やオンライン相談も行っていますので、まずはお電話下さい。

### 問合せ・相談先

- はぐくみサポート紀の川 (0736)79-3106 (相談専用電話)
- 紀の川市こども課母子保健班 (0736)77-7229 (直通)

## ❖ 実際の様子 ❖



- 個別のお部屋で助産師や保健師が相談に応じます。
- 予約は不要です。

- 赤ちゃんの身長や体重も測定できます。
- 「体重増えているかなあ」と心配な時など、気軽に立ち寄ってください。



## 「はぐくみ」助産師・保健師からの一言



妊娠・出産・子育て期は、誰でも気づかないうちに  
こころや身体が不安定になることがあります。  
仕事や家事、育児などやることがたくさんあるけれど、  
ほっと一息お話しませんか？  
「これって、聞いてもいいのかな？」と思うことがあれば、  
何でもご相談ください。  
パパ（パートナー）も気軽にお越しください。  
お待ちしております。