

令和8年度 花巻市委託事業

# 産前・産後サポート事業

※月3回（サロン2回、体操1回）実施しています

場所  
費用

花北振興センター和室（予定）

岩手県花巻市四日町一丁目1番地27

無料

（市外の方は500円）

妊娠・産後・子育ての悩みを助産師とゆっくりじっくりお話しませんか？  
月に2回のサロンでは、ママ同士の交流や、ママのこころやからだのこと、育児・母乳の相談、赤ちゃんの体重測定も行っています。月に1回のまんまる体操では、理学療法士と一緒に体を動かし、ご自宅でも続けられる体操を行います。いずれの回も助産師が常駐しております。妊婦さんも大歓迎です。安心してご参加ください。

完全予約制

先着10名

予約は前月の1日から可能

対象 花巻市在住の妊婦・乳児を子育て中の母親

もちもの 母子健康手帳、いつものおでかけセット（ミルク用品含）、おくるみorバスタオル

## 花巻まんまるサロン

日時 毎月第1・3木曜日  
10時～12時

内容 助産師・ママたちとの、  
ゆっくりおしゃべりサ  
ロン。赤ちゃんの体重  
測定、育児相談も行い  
ます。



## 花巻まんまる体操

日時 毎月第2木曜日  
10時～12時

内容 妊娠中・赤ちゃん連れ  
でも参加できる体操を、  
理学療法士がお伝えし  
ます。助産師もおりま  
すので相談も行えます。

