

育児に
孤立
しないで！

プレママさん、ママたちの相談スペース

ほっとスペース 天

こんなことはありませんか？

初めてづくしの子育て。こんな時どうしたらいい？ どう遊んであげたらいい？
なんてわからないことだらけ。そんな悩みはここで解決しちゃいましょう！
ママ仲間を見つけたり、子育て経験のあるスタッフと気軽にしゃべりして
心もリフレッシュ！ママと赤ちゃんの笑顔を支えています♡

利用料
(各日)
200円

感染予防
対策して
います

少人数の
予約制で
安心

水曜日

助産師相談
0歳児

10:00~11:30~の2枠 (少人数制)

母乳相談・発育相談 など

保育士による育児相談
赤ちゃんとの絆を深める遊び

木曜日

親子ふれあい遊び
0~1歳児

10:00~11:30~の2枠 (少人数制)

子どもとの楽しい遊び方

発達に応じた遊び
絵本の読み聞かせ
保育士による育児相談

第2・第4
水曜日

作業療法士に
よる発達相談

第2・第4水曜日 10:00~11:30

赤ちゃんの発達を
促す体操や運動

数組の集団での運動後、個別相談もできます
(床に敷くバスタオル1枚をご持参ください)

金曜日

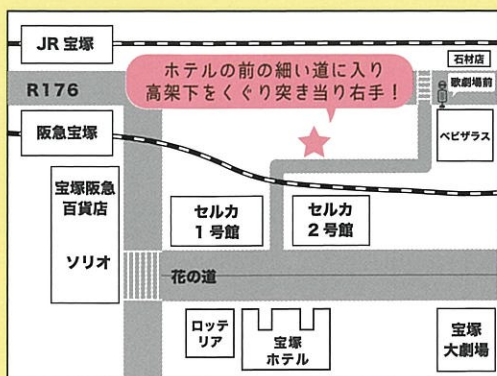
助産師に
よる個別相談

10:00~11:00~12:00~ (各1組)

赤ちゃんのお世話体験は1.5時間
出産準備や母乳相談

沐浴や赤ちゃんのお世話体験
骨盤ベルトの効率的な巻き方
母乳育児のコツ、お悩み相談
赤ちゃんの体重チェック
卒乳方法など、

妊婦さん
パパの
参加も大歓迎！



- ★予約は前日までに、LINE公式アカウントかホームページの予約フォームよりお願いします
- ★初回はアンケート等があります。母子手帳と赤ちゃんを寝かせるバスタオルをご持参ください
- ★祝日・年末年始・お盆・警報発令時はお休みです
また、都合により内容が変更されることがあります
最新の情報はホームページやInstagramをご確認ください
- ★LINEや電話での相談は、水曜・金曜の開催時間にどうぞ

ほっとスペース天

〒665-0845 宝塚市栄町 1-17-8-2

TEL 0797-83-2312

Mail hotsupace@gmail.com

主催 医療法人社団 大門医院

LINE 公式
アカウントと
予約はこちら



@HOTOSPACE.TEN

ホームページは
こちら



母乳マッサージの
予約はこちら
(金曜日午後/有料)



大門医院独自事業