

身近で頼れるプロの声 助産師cafe 無料相談会



2025.10/16(木) 12:00-15:30
▶アリオ上田 太陽のコート◀



1135.shinshu
Instagram詳しくは↑

あなたの近くでそっと寄り添う身近な助産師さん♪『子育ては1人ではないよ。どんどん周りに甘えていいのだよ』私たちが応援します！

13:00~14:00 座談会

▶助産師さんと一緒に話そう◀
～私らしいお産から
幸せな育児を♡・・♡～

- ▶地域の産後ケア、開業助産師産後ケアのサービスのご紹介
- ▶あかちゃんと一緒に楽しめるホットスペース紹介



▶ゆったりお話ししましょう
助産師による相談会◀

前半 12:00~13:00 ハンドマッサージ
後半 14:00~15:30 もあるよ！

TOHOシネマズ 上田からのお知らせ



赤ちゃんと一緒に映画はいかが。
同日午前は、新海誠原作の実写化
「秒速5センチメートル」
を上映！(有料)

詳しくはこちらの
ホームページから
ご確認ください



主催：1135いい産後信州 協力：上小助産会 アリオ上田 TOHOシネマズ上田 丸子中央病院
後援：上田市 令和7年度上田市活力あるまちづくり支援金「あったか産前産後応援事業」

お問合せ……☎090-2470-4933 (齊藤)