〈防府市産後ケア事業　デイサービス型〉

産後ママのほっこり相談室

　妊娠・出産・育児とママの心と身体には様々な変化が起こります。それだけではなく、赤ちゃんとの生活が始まり、慣れないお世話や初めてのことがいっぱいです。誰でも疲れがたまってしまい、眠れなくなる、気分が落ち込むことがあります。
　そのようなときの相談場所として、心のケアの専門家（臨床心理士）の個別相談会を開催します。「しんどいなー」という気持ちを聴いてもらうだけで、少し気持ちが楽になるものです。

相談方法	1人５０分の個別相談です。（予約制）
相談日	毎月１回
相談料	無料
場所	防府市こども家庭センター
対象者	産後に心身の不調または育児に対する不安がある人で専門職のカウンセリングが必要な人 その他、特に必要があると認められる人 但し、すでに心の不調のために受診をしている人は除きます。
その他	1人２回程度を目安とします。

問合せ先・申込先：「防府市こども家庭センター」

電話　　0835-24-8811
メールアドレス　manmaruhofu@city.hofu.yamaguchi.jp