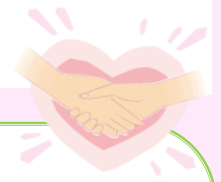


妊婦さん、産婦さんのこころとからだのために 「妊産婦のメンタルヘルス」講話のご案内



妊娠・出産・育児はこころに大きな変化をもたらします。特に産後は、慣れない育児、睡眠不足などからこころが不安定になりやすい時期です。「なぜか涙が出る」「何もないのに不安になってしまう」などの変化は誰にでも起こり得ることで

この講話では、専門医が妊娠期から産後まで、こころとからだを良好に保つためのポイントや、自身の不調に気づき、対応するための方法をお伝えします。

パートナーやご家族のご参加も大歓迎です。ぜひお気軽にお越しください。

【実施日】 令和8年8月6日（木）

【時間】 13:30～14:30（13:15受付開始）

【場所】 榛東村保健相談センター

【対象】 榛東村に在住の妊婦さん、産婦さんとそのご家族

※パートナーやご家族（祖父母になる方）は、村外在住の方でも参加できます。

【持ち物】 筆記用具、飲み物（必要な方）

【講師】 中泉メンタルクリニック 児童思春期診療部長
有賀 道生 先生

（産婦人科で産婦さんの相談を受けています）

【申込】 7月6日（月）8:30～受付開始

電話またはWebでお申し込みください。

《電話》0279-70-8052（平日8:30～17:15）

《Web》<https://logofom.jp/form/3G8x/1598324>（24時間受付）



Webフォーム



- ・通信費は申込者負担となります。
- ・受付完了メールが自動送信されますので、ご確認ください。
- ・メールが届いていない場合は受付が完了していない可能性がありますので、保健相談センターまでご連絡ください。

問い合わせ先：榛東村保健相談センター ☎0279-70-8052