

## 4か月児、10か月児個別健診を受診される方へ（お願い）

医療機関の混雑緩和のため、子育ての相談は、健康センターへご連絡いただきますよう  
ご協力をお願いいたします。

### 相談例

#### 【相談例】

授乳（母乳やミルク） 卒乳  
離乳食（内容、量、進め方、好き嫌いなど）  
歯みがき  
睡眠（寝かしつけ、夜泣きなど）  
上の子とのかかわり方（赤ちゃんがえりなど）  
赤ちゃんとの過ごし方  
お母さん自身のこと（イライラ、不安、眠れないなど）

他

相談は一例です。保健師や栄養士が、電話や家庭訪問などでご相談に応じます  
ので、お気軽にお申し出ください。

**電話相談専用ダイヤル 0797-86-7311**

毎週月・水・金曜日（祝日、年末年始除く）

午前10時～12時

**健康センター 0797-86-0056**

9時～17時30分（土日祝、年末年始を除く）