

令和6年度

## ひとりで悩まないで ～ペアレント相談のご案内～

「育児に自信がもてない」「心配や不安で頭がいっぱい」「気持ちが落ち込んで涙がでてしまう」「家族とうまくいっていない」などのお悩みのあるママ、パパ。一人で抱えず公認心理師に相談してみませんか？

### 来所相談 要予約(お電話にてお問い合わせください)

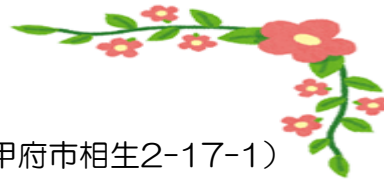
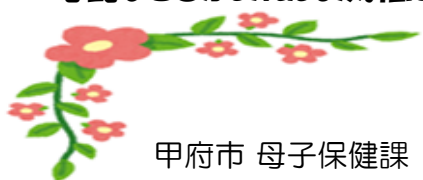
- 対 象 : 甲府市に住民票のある妊婦と乳幼児期の子どもを育てる保護者・  
内 容 : 妊娠期や出産後の気持ちのつらさや、子育てにつらさを感じているなどの相談に公認心理師等が応じます  
場 所 : 子育て相談室(甲府市健康支援センター内)  
利用回数 : 制限はありません(お子さんが就学するまで)  
日 程 : 下記参照  
予 約 枠 : 月曜日・火曜日 12:45～・13:45～・14:45～・15:45～  
時 間 : 1回50分程度  
持 ち 物 : 母子健康手帳



4月	月	15日	5月	月	20日	6月	月	24日
	火	2日 9日 16日 23日		火	7日 14日 21日 28日		火	4日 11日 18日 25日
7月	月	29日	8月	月	26日	9月	月	
	火	2日 9日 16日 23日		火	6日 20日 27日		火	3日 10日 17日 24日
10月	月	28日	11月	月	25日	12月	月	23日
	火	1日 8日 15日 22日		火	5日 12日 19日 26日		火	3日 10日 17日 24日
1月	月		2月	月	17日	3月	金	24日
	火	7日 14日 21日 28日		火	4日 18日 25日		火	4日 11日

### ☆まずは「マイ保健師」にご相談ください☆

妊娠中からの様々な不安やお子さんの成長・発達、母子の保健・福祉サービスの情報など、心配なことがあればお気軽に「マイ保健師」までご相談ください！



【問い合わせ・申し込み先】

甲府市 母子保健課(甲府市健康支援センター内/甲府市相生2-17-1)

☎055-237-8950(土・日・祝日を除く8:30~17:15)