

ふわりとは…

ふわりは、子育て世代の皆さまに向けた相談窓口です。

妊娠・出産・育児に関わる様々な不安や、一人ひとり違う悩みに寄り添い、あなたの子育てをサポートいたします。

相談には、保健師や助産師の資格を持った、専門の市役所職員が応じます。

ゆっくりお話を伺えるよう、庁内には個室のご用意もございますので、ぜひお気軽にご利用ください🌸



子育て・出産のことなど

どんなことでも相談OK🌸

たとえば…

「周囲が育児に協力してくれない…」

「うちの子、好き嫌いが多くて心配💧」

「夜泣きがひどくて眠れない…」 など



ふわりのサポート事業 「フレッシュママパパ教室」の様子

ママとパパが
車座に集結！



赤ちゃんの
抱き上げ方を
習得中！

父子手帳・母子手帳を
きちんと読もうと思った

同じ病院の方と交流
できて心強かった

育児を行う自覚が
強くなりました

産後のイメージが
何となくつきました

妊婦体験ジャ
ケットを着けて
みたら重くて
大変！！

参加者の声

野菜、塩分等
食事に気をつ
けたい

子育て世代包括支援センター



お問い合わせ

下野市健康増進課

ふわり(子育て世代包括支援センター)

TEL 0285-32-8905

FAX 0285-32-8604



ふわりの「助かる！」ポイント

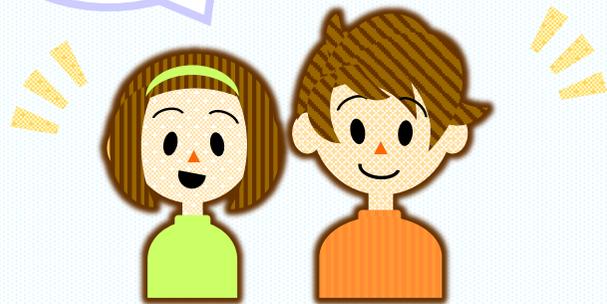
切れ目のない育児サポートで、
一人ひとり違う事情に合わせた対応を
スムーズかつ柔軟に行うこと。
それがふわりの目標です！

集団で参加する教室などは
ニガテで…と相談したら、
個別に対応してもらえて
安心しました🌸

より利用しやすい
他相談機関への連絡、
紹介をしてくれました

時間がなくてもすぐできる
簡単なレシピを教えて
もらい助かりました！

経済状況にあった
育児の提案があって
よかったです！



セルフプランの
作成

フレッシュ
ママパパ教室

妊娠中の方を対象にした
ふわりのサポートを
紹介します👇

妊婦相談
訪問など

産後ケア
サービス事業

セルフプランの作成

あなただけの妊娠・出産・子育ての計画表、
「**すまいる親子プラン**」を一緒に作成します。
妊婦さんの気持ちに寄り添いながら、丁寧にお話を伺
い、よりよいプランをご提案します。

フレッシュママパパ教室

妊婦さんとその家族の方が対象の教室です。
食事や体操の指導、産後の作戦会議を行います。
妊婦体験ジャケットの試着もできます。ご家族で、ぜひご
参加ください！（教室の様子は裏表紙をチェック！）

妊婦相談・訪問など

専門の職員が妊婦さんのご都合にあわせて
個別にお話を伺います。
「育児物品はこれで足りている？」「妊娠中に気を付
けることは？」など、不安解消にお役立てください。

産後ケアサービス事業

周囲の援助がない方、育児に不安のある方は
病院・助産院等を日帰り・宿泊を利用できます。
ご利用には条件があり、事前申請・一部料金の負担も
必要なため、詳しくはふわりまでお尋ねください🌸