

# 『My助産師を見つけてください』

My助産師は、専門的な知識をもとに、妊娠中から産後まであなたのお気持ちに寄り添い新しい命を迎え、あなたらしく生活していくためのサポートを継続して行っています。  
まずは、オンラインクラスで八南助産師会の助産師に会いに来てください！

## You Tubeで学ぶ

妊娠・出産・育児に関する様々な動画がある東京都助産師会のYouTube☆  
ヨガ・お灸などのママの体のケアの仕方や赤ちゃんのお世話（抱っこの仕方・おむつ替え・授乳の仕方など）育メン講座や祖父母講座もあります。



赤ちゃんのお風呂の入れ方については、八南助産師会のホームページをご覧ください。沐浴・アウトバスの方法について詳しくご説明をしています。  
赤ちゃんとお遊び・からだ遊びでご自宅で楽しく遊んでくださいね！

## 助産院の紹介

出産する場所に関わらず、妊娠中からママの心と身体のケアや相談ができる助産師がいます。  
母乳育児の支援も行いますので、ご出産後も育児に関することならなんでもご相談ください。

| 八王子市 |         |               |      |           |               |
|------|---------|---------------|------|-----------|---------------|
| 山田町  | ひとみ助産院  | 042-667-8528  | 元本郷町 | 助産院ともこさんち | 042-697-6853  |
| 台町   | うみ助産院   | 090-8340-9099 | みなみ野 | ほっこりハウス   | 090-6658-2468 |
| 日野市  |         |               |      |           |               |
| 多摩平  | かなざわ助産院 | 042-587-6055  | 東平山  | とくおか助産院   | 042-581-1526  |

## 桶谷式母乳育児相談室の紹介

おっぱいの調子を整える独自のマッサージで、母乳育児のさまざまなトラブルやご相談に対応しています。楽しく元気に母乳育児ができるようサポートします！（完全予約制外来）

| 八王子市 |              |              |     |            |               |
|------|--------------|--------------|-----|------------|---------------|
| 片倉町  | おたふく助産院      | 042-635-3668 | 明神町 | 八王子母乳育児相談室 | 042-656-3330  |
| 西寺方町 | エンジェル母乳育児相談室 | 042-659-2267 |     |            |               |
| 多摩市  |              |              |     |            |               |
| 永山   | まちだ母乳育児相談室   | 042-376-8120 | 鶴牧  | わかば助産院     | 080-4736-4108 |
| 日野市  |              |              |     |            |               |
| 栄町   | たき母乳相談室      | 042-848-0102 |     |            |               |

詳しい情報は八南助産師会HP・パンフレットをご覧ください。費用は各施設によって異なりますのでお問い合わせください。



～守っていききたい あなたとともに～

八南助産師会は、東京都助産師会八南分会の通称です。  
八王子・日野・多摩・稲城の助産師が活動しています。

