

## 114年母乳哺育支持團體

環馨婦幼醫院承辦人黃小姐 連絡電話06-3023366分機213  
活動地點：永康區東橋七路198號B1

區域	日期	時間	題目
永康區	114年01月23日(四)	14:00-15:30	從懷孕開始準備哺乳
永康區	114年02月20日(四)	14:00-15:30	親子抱抱~母嬰肌膚接觸
永康區	114年03月20日(四)	14:00-15:30	媽咪輕鬆哺乳easy餵
永康區	114年04月26日(六)	13:00-15:00	超前部屬~增加寶寶免疫力
永康區	114年05月22日(四)	14:00-15:30	維持泌乳技巧
永康區	114年06月19日(四)	14:00-15:30	我該選擇親餵還是瓶餵
永康區	114年07月17日(四)	14:00-15:30	返回職場的哺乳準備
永康區	114年08月16日(六)	10:30-12:00	國際母乳週主題分享
永康區	114年09月18日(四)	10:30-12:00	寶寶安撫技巧
永康區	114年10月16日(四)	10:30-12:00	哺餵母乳常見問題
永康區	114年11月20日(四)	10:30-12:00	哺乳期舒壓
永康區	114年12月13日(六)	10:30-12:00	與寶寶的閱讀時光

奇美醫療財團法人奇美醫院承辦人王小姐 連絡電話06-2812811分機53262  
活動地點：永康區中華路901號第二醫療大樓5樓兒科討論室

區域	日期	時間	題目
永康區	114年1月21日(二)	15:00-16:30	寶寶到底有沒有喝飽
永康區	114年2月15日(六)	13:30-15:30	輕鬆哺乳加油站
永康區	114年3月18日(二)	15:00-16:30	維持泌乳的技巧
永康區	114年4月19日(六)	13:30-15:30	輕鬆哺乳加油站
永康區	114年5月20日(二)	15:00-16:30	我該選擇親餵還是瓶餵
永康區	114年6月21日(六)	13:30-15:30	輕鬆哺乳加油站
永康區	114年7月15日(二)	15:00-16:30	如何增加泌乳量
永康區	114年8月16日(六)	13:30-15:30	輕鬆哺乳加油站
永康區	114年9月16日(二)	15:00-16:30	產後母嬰相處與作息
永康區	114年10月18日(六)	13:30-15:30	輕鬆哺乳加油站
永康區	114年11月18日(二)	15:00-16:30	新生兒常見問題/哺乳經驗分享
永康區	114年12月20日(六)	13:30-15:30	輕鬆哺乳加油站

臺南市立安南醫院附設產後護理之家  
楊小姐承辦人 連絡電話06-3553111分機1695  
活動地點：安南區長和路二段66號第一醫療大樓6樓

區域	日期	時間	題目
安南區	114年1月22日(三)	14:00-15:30	新手媽咪不慌張~母乳哺育超Easy!
安南區	114年2月20日(四)	14:00-15:30	寶寶秒含乳~輕鬆哺乳不煩惱!
安南區	114年3月20日(四)	14:00-15:30	奶爸奶奶齊上陣~打造最暖母乳支援團!
安南區	114年4月17日(四)	14:00-15:30	奶量翻倍不是夢~秘訣公開搶先學!
安南區	114年5月15日(四)	14:00-15:30	擠乳變簡單~儲存母乳有妙招!

安南區	114年6月19日(四)	14:00-15:30	母乳就是寶~給寶寶最棒的免疫力!
安南區	114年7月17日(四)	14:00-15:30	媽媽的時間管理術~哺乳壓力輕鬆甩!
安南區	114年8月21日(四)	14:00-15:30	混合餵養沒壓力!
安南區	114年9月18日(四)	14:00-15:30	愛與成長同行~溫柔斷奶不崩潰!
安南區	114年10月16日(四)	14:00-15:30	媽媽的幸福時光~身心靈全面調養!
安南區	114年11月20日(四)	14:00-15:30	一口母乳一份愛~談親子連結
安南區	114年12月4日(四)	14:00-15:30	親子派對樂翻天~邊玩邊學母乳新技能!

台南市立醫院(委託秀傳醫療社團法人經營)

承辦人：母嬰個管師 連絡電話 06-2609926分機22222

活動地點：台南市立醫院 2樓婦幼門診候診區旁哺乳室(台南市東區崇德路670號)

區域	日期	時間	題目
東區	114年1月4日(六)	10:00-12:00	哺乳期可以吃中藥嗎?
東區	114年2月8日(六)	10:00-12:00	餵奶後為何乳房仍是脹的?
東區	114年3月8日(六)	10:00-12:00	職業婦女返回職場後如何持續餵母乳?
東區	114年4月12日(六)	10:00-12:00	坐月子的哺乳與寶寶照護
東區	114年5月3日(六)	10:00-12:00	我該選擇親餵還是瓶餵?
東區	114年6月28日(六)	10:00-12:00	媽媽接種疫苗，會不會透過乳汁傳給寶寶?
東區	114年7月12日(六)	10:00-12:00	塞奶的原因及處理?
東區	114年8月2日(六)	10:00-12:00	初乳對寶寶的重要性
東區	114年9月6日(六)	10:00-12:00	為什麼寶寶會邊吃邊睡，是不是我奶量太少了?
東區	114年10月11日(六)	10:00-12:00	媽媽感冒或生病吃藥還可以哺乳嗎?
東區	114年11月8日(六)	10:00-12:00	吃那些東西可增加乳汁?
東區	114年12月6日(六)	10:00-12:00	哺餵母乳甘苦談

社團法人台灣母乳協會

活動地點：東區臺南市政府衛生局林森辦公室一樓大廳

報名網址：<https://pse.is/twbftainan>

區域	日期	時間	題目
東區	114年1月11日(六)	10:00-11:30	返回職場的哺乳準備
東區	114年2月15日(六)	10:00-11:30	哺乳迷思Q&A
東區	114年3月8日(六)	10:00-11:30	離乳時機與二寶報到
東區	114年4月12日(六)	10:00-11:30	生產與哺乳準備
東區	114年5月17日(六)	10:00-11:30	寶寶吃東西囉~輕鬆開心煮食的原則
東區	114年6月14日(六)	10:00-11:30	建立奶量的關鍵
東區	114年7月12日(六)	10:00-11:30	解放雙手的揩巾穿戴技巧
東區	114年8月9日(六)	10:00-11:30	育兒需要神隊友
東區	114年9月13日(六)	10:00-11:30	母乳寶寶出門趣
東區	114年10月18日(六)	10:00-11:30	睡眠安全與夜奶
東區	114年11月8日(六)	10:00-11:30	和寶寶一起甜蜜坐月子
東區	114年12月6日(六)	10:00-11:30	親餵瓶餵怎麼餵

成大醫院承辦人曾幸儀小姐連絡電話06-2353535分機2333

活動地點：北區成大醫院

區域	日期	時間	題目
北區	114年1月16日(四)	10:30-12:00	哺乳、育兒大小事(線上上課)

北區	114年2月22日(六)	10:30-12:00	用牌卡連結愛-陪伴懷孕、哺乳與育兒路
北區	114年3月22日(六)	10:30-12:00	打造神隊友-全家如何支持哺乳與育兒
北區	114年4月12日(六)	10:30-12:00	寶寶長大了~談副食品的添加及離乳
北區	114年5月10日(六)	10:30-12:00	親子同室與共讀，傳遞愛的訊息
北區	114年6月14日(六)	10:30-12:00	瓶餵與親餵?提供寶寶最好的滋養愛的選擇
北區	114年7月19日(六)	10:30-12:00	用牌卡連結愛陪伴-懷孕、哺乳與育兒路
北區	114年8月16日(六)	10:30-12:00	打造神隊友-全家如何支持哺乳與育兒
北區	114年9月13日(四)	10:30-12:00	親子同室與共讀，傳遞愛的訊息
北區	114年10月23日(四)	10:30-12:00	哺乳、育兒大小事(線上上課)
北區	114年11月15日(六)	10:30-12:00	寶寶長大了~談副食品的添加及離乳
北區	114年12月13日(六)	10:30-12:00	瓶餵與親餵?提供寶寶最好的滋養愛的選擇

陳澤彥婦產科醫院承辦人萬小姐連絡電話06-3505000分機1108  
活動地點：婁美產後護理之家1樓多功能室(台南市北區文成一路208號)  
採實名制，報名網址：<https://ctyobs.pse.is/bfsupportgroup>

區域	日期	時間	題目
北區	114年1月04日(六)	14:30-15:30	常見哺乳問題與迷思
北區	114年2月08日(六)	14:30-15:30	找到合適自己的哺餵姿勢
北區	114年3月01日(六)	14:30-15:30	副食品添加
北區	114年4月12日(六)	14:30-15:30	我想和你在一起-親子同室
北區	114年5月03日(六)	14:30-15:30	外出哺乳與揩巾使用
北區	114年6月07日(六)	14:30-15:30	哺乳與愛美生活不衝突
北區	114年7月05日(六)	14:30-15:30	我的寶寶到底有沒有喝飽
北區	114年8月02日(六)	14:30-15:30	母乳寶寶的睡眠與安撫
北區	114年9月06日(六)	14:30-15:30	如何增加奶量
北區	114年10月04日(六)	14:30-15:30	親餵與瓶餵的調整
北區	114年11月01日(六)	14:30-15:30	上班媽媽如何兼顧工作與哺乳
北區	114年12月06日(六)	14:30-15:30	我們都是彼此的神隊友

大安婦幼醫院承辦人卓小姐產前衛教師 連絡電話06-2278899分機109  
活動地點：中西區金華路3段167號R樓

區域	日期	時間	題目
中西區	114年1月18日(六)	13:30-15:30	我有奶水嗎?
中西區	114年2月15日(六)	13:30-15:30	讓寶寶愛上副食品
中西區	114年3月15日(六)	13:30-15:30	產檢手冊的使用
中西區	114年4月19日(六)	13:30-15:30	黑眼圈爸媽的育兒過渡期
中西區	114年5月17日(六)	13:30-15:30	外出哺乳與揩巾使用
中西區	114年6月21日(六)	13:30-15:30	塞奶了，怎麼辦?
中西區	114年7月19日(六)	13:30-15:30	嬰幼兒按摩
中西區	114年8月16日(六)	13:30-15:30	出院返家的準備
中西區	114年9月20日(六)	13:30-15:30	寶寶為什麼哭?
中西區	114年10月18日(六)	13:30-15:30	哺乳技能一次通
中西區	114年11月15日(六)	13:30-15:30	寶寶睡眠型態
中西區	114年12月20日(六)	13:30-15:30	返回職場 如何持續哺育母乳

奇美醫療財團法人柳營奇美醫院 承辦人郭小姐 連絡電話06-6226999分機73275

活動地點：奇美醫療財團法人柳營奇美醫院3樓-3A婦兒科病房

區域	日期	時間	題目
柳營區	114年1月17日(五)	13:00-14:30	第一次擁抱
柳營區	114年2月14日(五)	13:00-14:30	寶貝我懂你
柳營區	114年3月14日(五)	13:00-14:30	哺餵母乳常見問題與處理
柳營區	114年4月18日(五)	13:00-14:30	孕期到產後哺乳的營養
柳營區	114年5月16日(五)	13:00-14:30	嬰幼兒常見問題處理/
柳營區	114年6月13日(五)	14:00-15:30	「乳」你所願
柳營區	114年7月18日(五)	13:00-14:30	主導式餵食
柳營區	114年8月15日(五)	13:00-14:30	職場哺乳小撇步
柳營區	114年9月12日(五)	14:00-15:30	「乳」你所願
柳營區	114年10月17日(五)	13:00-14:30	中醫調理坐月子
柳營區	114年11月14日(五)	13:00-14:30	寶寶乖睡媽媽不累
柳營區	114年12月5日(五)	13:00-14:30	嬰兒副食品添加原則及方法

臺南市南區衛生所承辦人林小姐 連絡電話06-2618578分機213

活動地點：臺南市南區衛生所

區域	日期	時間	題目
南區	114年01月14日(二)	09:00-10:30	嬰兒氣質及嬰幼兒照護管理
南區	114年02月11日(二)	09:00-10:30	~甜蜜守護~ 新生兒照護與急救技能全攻略
南區	114年03月04日(二)	09:00-10:30	哺乳放輕鬆~遇見幸福 (芳香療法+冥想+音律療癒)
南區	114年04月08日(二)	09:00-10:30	寶寶放輕鬆~父母必學安撫妙招
南區	114年05月06日(二)	09:00-10:30	誰說哺乳媽媽不能優雅
南區	114年06月03日(二)	09:00-10:30	寶貝打疫苗讓你手忙腳亂嗎? 淺談嬰幼兒疫苗
南區	114年07月08日(二)	09:00-10:30	牌卡連心： 陪伴懷孕、哺乳與育兒路
南區	114年08月05日(二)	09:00-10:30	寶寶副食品添加與實作
南區	114年09月02日(二)	09:00-10:30	~甜蜜守護~ 新生兒照護與急救技能全攻略
南區	114年10月07日(二)	09:00-10:30	哺乳時安全的睡眠環境
南區	114年11月04日(二)	09:00-10:30	親子共讀-為愛朗讀
南區	114年12月02日(二)	09:00-10:30	媽媽曲線管理~與健康同行 (SO身窈窕精油與經絡按摩)

善化區衛生所承辦人楊護理師 連絡電話06-5837035分機220

活動地點：善化區太和良月產後護理之家1樓交誼廳(實體課程)

區域	日期	時間	主題
善化區	114年1月22日(三)	14:00-15:30	「乳」你所願，母乳哺育輕鬆上手
善化區	114年2月05日(三)	14:00-15:30	坐月子與輕鬆哺餵母乳
善化區	114年3月12日(三)	14:00-15:30	肌膚接觸與親子共讀
善化區	114年4月09日(三)	14:00-15:30	大寶陪伴與多寶哺乳
善化區	114年5月07日(三)	14:00-15:30	為寶寶提供足夠奶水的技巧

善化區	114年6月04日(三)	14:00-15:30	職場持續哺乳的準備
善化區	114年7月09日(三)	16:30-18:00	「乳」你所願，母乳哺育輕鬆上手
善化區	114年8月06日(三)	16:30-18:00	坐月子與輕鬆哺餵母乳
善化區	114年9月10日(三)	16:30-18:00	肌膚接觸與親子共讀
善化區	114年10月08日(三)	16:30-18:00	大寶陪伴與多寶哺乳
善化區	114年11月05日(三)	16:30-18:00	為寶寶提供足夠奶水的技巧
善化區	114年12月03日(三)	16:30-18:00	職場持續哺乳的準備

仁德區衛生所承辦人:王護理師 連絡電話06-7030852分機210

活動地點:仁德區親子悠遊館

區域	日期	時間	題目
仁德區	114年1月8日(三)(線上)	15:00-16:30	和寶寶一起甜蜜坐月子
仁德區	114年2月12日(三)	15:00-16:30	副食品添加與離乳準備
仁德區	114年3月5日(三)(線上)	15:00-16:30	如何促進乳汁分泌
仁德區	114年4月9日(三)	15:00-16:30	安睡寶寶:母乳營養與睡眠調適
仁德區	114年5月14日(三)(線上)	15:00-16:30	常見哺乳期乳房問題
仁德區	114年6月11日(三)	15:00-16:30	親餵與瓶餵,兜機(どっち)?
仁德區	114年7月16日(三)(線上)	15:00-16:30	哺乳從產前開始
仁德區	114年8月13日(三)	15:00-16:30	寶寶健康成長:母乳媽媽如何吃得對?
仁德區	114年9月10日(三)(線上)	15:00-16:30	哺乳媽媽上班去
仁德區	114年10月15日(三)	15:00-16:30	外出哺乳趣
仁德區	114年11月5日(二)(線上)	15:00-16:30	哺乳的好處與破解迷思
仁德區	114年12月3日(三)	15:00-16:30	哺乳媽媽身心放輕鬆

歸仁區衛生所承辦人洪小姐 連絡電話06-2393309分機212

活動地點:歸仁區祐安產後護理之家

區域	日期	時間	題目
歸仁區	114年1月3日(五)	10:00-11:30	相見歡-讓愛從哺乳開始
歸仁區	114年2月4日(二)(線上)	10:00-11:30	成功哺乳一點通
歸仁區	114年3月6日(四)	10:00-11:30	常見哺乳之新生兒照護問題
歸仁區	114年4月10日(四)(線上)	10:00-11:30	從產後哺乳看新生兒氣質
歸仁區	114年5月8日(四)	10:00-11:30	親子共讀-介紹哺乳繪本
歸仁區	114年6月12日(四)(線上)	10:00-11:30	返回職場哺乳準備
歸仁區	114年7月10日(四)	10:00-11:30	哺乳問題大解析
歸仁區	114年8月7日(四)(線上)	10:00-11:30	家庭哺乳神隊友之養成
歸仁區	114年9月11日(四)	10:00-11:30	一次搞懂哺乳媽媽食衣住行
歸仁區	114年10月9日(四)(線上)	10:00-11:30	從哺乳生活談手足競爭
歸仁區	114年11月6日(四)	10:00-11:30	讓哺乳遠離產後憂鬱/一起玩桌遊
歸仁區	114年12月4日(四)(線上)	10:00-11:30	哺乳期寶寶居家環境安全

壘樂產後護理之家 承辦人顏小姐 連絡電話06-2931677分機760

活動地點:安平區壘樂產後護理之家

區域	日期	時間	題目
安平區	114年1月24日(五)	16:30-18:00	生命1000天哺乳的旅程
安平區	114年2月21日(五)	16:30-18:00	親子接觸與母乳哺乳
安平區	114年3月21日(五)	16:30-18:00	媽咪輕鬆哺乳easy餵
安平區	114年4月25日(五)	16:30-18:00	破解哺乳問題與迷思
安平區	114年5月23日(五)	16:30-18:00	哺乳媽媽的營養知識大補帖

安平區	114年6月27日(五)	16:30-18:00	嬰幼兒睡眠與親子共讀
安平區	114年7月25日(五)	16:30-18:00	媽咪母乳的隊友養成術
安平區	114年8月22日(五)	16:30-18:00	哺乳家庭關係-全家支持哺乳與育兒
安平區	114年9月26日(五)	16:30-18:00	哺乳問題的預防與處理
安平區	114年10月24日(五)	16:30-18:00	安心哺乳-哺乳用藥行不行
安平區	114年11月21日(五)	16:30-18:00	哺乳媽媽育兒用物介紹
安平區	114年12月05日(五)	16:30-18:00	返回職場繼續母乳之路

新營區衛生所承辦人賴小姐 連絡電話06-6355696分機302

活動地點：新營區咪寶產後護理之家1樓親子教室

區域	日期	時間	題目
新營區	114年1月14日(二)	14:00-15:30	如何使哺乳有一個好的開始
新營區	114年2月14日(五)	14:00-15:30	寶寶的第一份禮物：母乳與成長的神奇旅程
新營區	114年3月11日(二)	14:00-15:30	解鎖哺乳密碼：輕鬆上手的哺乳姿勢與技巧
新營區	114年4月15日(二)	14:00-15:30	哺乳媽媽的超能力：職場與母乳兼顧不是夢
新營區	114年5月20日(二)	14:00-15:30	奶量小宇宙：如何讓寶寶的『口糧』源源不斷
新營區	114年6月3日(二)	14:00-15:30	擁抱你的健康：哺乳媽媽的專屬營養補給站
新營區	114年7月1日(二)	14:00-15:30	家庭是最強後盾：讓爸爸和阿公阿嬤成為哺乳神隊友
新營區	114年8月19日(二)	14:00-15:30	離乳不再淚：愛與溫柔的斷奶法寶
新營區	114年9月2日(二)	14:00-15:30	新手媽媽不踩雷：母乳儲存與安全喂哺全攻略
新營區	114年10月14日(二)	14:00-15:30	讓愛流動：母乳哺育中的壓力舒緩小妙招
新營區	114年11月4日(二)	14:00-15:30	寶寶的夜間探險：破解母乳哺育與睡眠的平衡密碼
新營區	114年12月9日(二)	14:00-15:30	她們的哺乳故事：一杯茶、一段分享、一場心靈旅行

新市區衛生所承辦人王護理師 連絡電話06-5992504分機205

活動地點：新市區衛生所

區域	日期	時間	題目
新市區	114年1月07日(二)	11:00-12:30	新手爸媽嬰兒照護攻略
新市區	114年2月04日(二)	11:00-12:30	母乳哺育技能大公開
新市區	114年3月11日(二)	11:00-12:30	寶寶與餓的距離-如何確認寶寶已經吃飽了
新市區	114年4月08日(二)	11:00-12:30	哺乳常見乳房問題與處理
新市區	114年5月06日(二)	11:00-12:30	解讀寶寶哭鬧
新市區	114年6月10日(二)	11:00-12:30	親子依附關係從零開始
新市區	114年7月08日(二)	11:00-12:30	不可不知的疫苗保健知識
新市區	114年8月05日(二)	11:00-12:30	寶寶睡眠知多少(睡眠安全)
新市區	114年9月02日(二)	11:00-12:30	嬰兒安撫技巧

新市區	114年10月07日(二)	11:00-12:30	愛的撫觸-親子按摩
新市區	114年11月04日(二)	11:00-12:30	親子時光-親子共讀為愛朗讀
新市區	114年12月02日(二)	11:00-12:30	哺乳育兒不知道的事

佳里區衛生所承辦人林小姐 連絡電話06-7224106分機113

活動地點：佳里區衛生所

區域	日期	時間	題目
佳里區	114年1月07日(二)	08:30-10:00	打造神隊友-全家如何支持哺乳與育兒
佳里區	114年2月04日(二)	08:30-10:00	為何要選擇母乳哺餵
佳里區	114年3月11日(二)	08:30-10:00	洗澡不再像打仗-新生兒沐浴
佳里區	114年4月01日(二)	08:30-10:00	哺乳常見的乳房問題與處理
佳里區	114年5月06日(二)	08:30-10:00	外出如何方便哺乳
佳里區	114年6月03日(二)	08:30-10:00	不可不知的疫苗保健知識
佳里區	114年7月01日(二)	08:30-10:00	副食品添加與安全離乳
佳里區	114年8月05日(二)	08:30-10:00	嬰兒安撫技巧
佳里區	114年9月02日(二)	08:30-10:00	各式揩巾的使用方式
佳里區	114年10月07日(二)	08:30-10:00	嬰幼兒睡眠型態
佳里區	114年11月04日(二)	08:30-10:00	親子陪伴共讀
佳里區	114年12月02日(二)	08:30-10:00	愛的撫觸-親子按摩

新化區衛生所承辦人楊小姐 連絡電話06-5906025分機134

活動地點：新化區衛生所

區域	日期	時間	題目
新化區	114年1月21日(二)	14:00-15:30	母乳哺育的好處與母乳成份
新化區	114年2月4日(二)	14:00-15:30	吃哪些東西可以增加乳汁
新化區	114年3月4日(二)	14:00-15:30	奶水不足怎麼辦我的寶寶有沒有吃飽
新化區	114年4月8日(二)	14:00-15:30	哺乳期營養需知及哺乳乳房常見問題
新化區	114年5月6日(二)	14:00-15:30	餐桌上育兒：母乳寶寶吃副食品及離乳技巧
新化區	114年6月3日(二)	14:00-15:30	上班族哺乳媽媽甜蜜的負擔、母乳收集及保存
新化區	114年7月8日(二)	14:00-15:30	服藥就不能餵奶了嗎？
新化區	114年8月5日(二)	14:00-15:30	常見的哺乳問題與迷思
新化區	114年9月9日(二)	14:00-15:30	帶寶寶旅遊去~外出哺乳該注意什麼？
新化區	114年10月7日(二)	14:00-15:30	大寶陪伴與多寶哺乳
新化區	114年11月4日(二)	14:00-15:30	哺乳問題Q&A
新化區	114年12月9日(二)	14:00-15:30	外出哺乳與揩巾使用

麻豆區衛生所承辦人鄭小姐 連絡電話06-5722215分機110

活動地點：麻豆區快樂媽媽產後護理之家

區域	日期	時間	題目
麻豆區	114年01月08日(三)	10:30-12:00	洗澡不在像打仗-新生兒沐浴
麻豆區	114年02月05日(三)	10:30-12:00	親子共讀-為愛朗讀
麻豆區	114年03月05日(三)	10:30-12:00	坐月子的哺乳與寶寶照護
麻豆區	114年04月09日(三)	10:30-12:00	談談兒童發展遲緩及如何預防意外事故的發生
麻豆區	114年05月07日(三)	10:30-12:00	副食品添加與安全離乳
麻豆區	114年06月11日(三)	10:30-12:00	月子後銜接返家的準備

麻豆區	114年07月09日(三)	10:30-12:00	返回職場如何持續哺餵母乳
麻豆區	114年08月06日(二)	10:30-12:00	寶寶哭什麼?嬰幼兒安撫技巧
麻豆區	114年09月10日(三)	10:30-12:00	大寶陪伴與多寶哺乳
麻豆區	114年10月08日(三)	10:30-12:00	輕鬆煮開心吃的副食品技巧
麻豆區	114年11月05日(三)	10:30-12:00	哺乳生活大不同-搞懂寶寶睡眠
麻豆區	114年12月03日(三)	10:30-12:00	打造神隊友-全家如何支持哺乳與育兒

安定區衛生所承辦人邱小姐 連絡電話06-5922022分機128

活動地點：安定區衛生所 二樓會議室

區域	日期	時間	題目
安定區	114年1月21日(二)	14:30-16:00	母乳哺育第一課：從乳開始，輕鬆上手！
安定區	114年2月25日(二)	14:30-16:00	寶寶愛吸奶：哺乳姿勢與含乳技巧
安定區	114年3月25日(二)	14:30-16:00	安定好幫手~爸爸、阿嬤一起來：建立哺乳友善的家人支持圈
安定區	114年4月22日(二)	14:30-16:00	哺乳小心機：奶量不夠？這裡有解方！
安定區	114年5月27日(二)	14:30-16:00	輕鬆擠出幸福：母乳擠乳與保存全攻略
安定區	114年6月24日(二)	14:30-16:00	母乳的神奇能量：寶寶免疫力全靠它！
安定區	114年7月22日(二)	14:30-16:00	安定慢活~MaMa Me-Time：哺乳媽媽的壓力舒緩秘訣
安定區	114年8月26日(二)	14:30-16:00	奶瓶還是母乳？混合餵養小撇步
安定區	114年9月23日(二)	14:30-16:00	愛與分離的練習：斷奶不崩潰
安定區	114年10月28日(二)	14:30-16:00	安定媽咪食堂：在地好物助哺乳，媽媽更健康！
安定區	114年11月11日(二)	14:30-16:00	愛在分享時：媽媽心情茶會
安定區	114年12月02日(二)	14:30-16:00	親子歡樂派對：帶著寶寶來放電吧！

西港區衛生所承辦人方小姐 連絡電話06-7952338分機112

活動地點：西港區圖書館3樓

區域	日期	時間	題目
西港區	114年1月9日(四)	14:00-15:30	寶寶副食品添加
西港區	114年2月13日(四) (線上)	14:00-15:30	寶貝打疫苗讓你手忙腳亂嗎? 淺談嬰幼兒疫苗
西港區	114年3月6日(四)	14:00-15:30	甜蜜守護~新生兒照護與急救技能全攻略
西港區	114年4月10日(四) (線上)	14:00-15:30	我懂你~ 認識寶寶的肢體語言
西港區	114年5月8日(四)	14:00-15:30	媽咪曲線管理：與健康同行 (SO身窈窕精油與筋絡按摩)
西港區	114年6月5日(四) (線上)	14:00-15:30	做個優雅的哺乳媽媽~ 帶寶寶旅行注意事項
西港區	114年7月3日(四)	14:00-15:30	哺乳放輕鬆~遇見幸福味道 (芳香療法、冥想、音律療癒)
西港區	114年8月7日(四) (線上)	14:00-15:30	寶寶的成長密碼~ 談談嬰幼兒發展



西港區	114年9月4日(四)	14:00-15:30	舒緩媽媽的一天~ 乳房健康與痠痛調理
西港區	114年10月2日(四) (線上)	14:00-15:30	親餵瓶餵都是好餵
西港區	114年11月6日(四)	14:00-15:30	寶寶睡眠大挑戰&手做擴香石
西港區	114年12月4日(四) (線上)	14:00-15:30	多了一個你(妳)~ 淺談孕產育兒的改變與調適

關廟區衛生所承辦人盧小姐 連絡電話06-5952395分機205

活動地點：關廟區衛生所

區域	日期	時間	題目
關廟區	114年1月07日(二)	08:30-10:00	新手爸媽嬰兒照護攻略
關廟區	114年2月04日(二)	08:30-10:00	母乳哺育技能大公開
關廟區	114年3月11日(二)	08:30-10:00	寶寶與餓的距離-如何確認寶寶已經吃飽了
關廟區	114年4月08日(二)	08:30-10:00	哺乳常見乳房問題與處理
關廟區	114年5月06日(二)	08:30-10:00	解讀寶寶哭鬧
關廟區	114年6月10日(二)	08:30-10:00	親子依附關係從零開始
關廟區	114年7月08日(二)	08:30-10:00	不可不知的疫苗保健知識
關廟區	114年8月05日(二)	08:30-10:00	寶寶睡眠知多少(睡眠安全)
關廟區	114年9月02日(二)	08:30-10:00	嬰兒安撫技巧
關廟區	114年10月07日(二)	08:30-10:00	愛的撫觸-親子按摩
關廟區	114年11月04日(二)	08:30-10:00	親子時光-親子共讀為愛朗讀
關廟區	114年12月02日(二)	08:30-10:00	哺乳育兒不知道的事

學甲區衛生所承辦人宋小姐 連絡電話06-7833359分機108

活動地點：學甲區圖書館

區域	日期	時間	題目
學甲區	114年1月09日(四)	10:00-11:30	寶寶副食品添加
學甲區	114年2月13日(四) (線上)	10:00-11:30	寶貝打疫苗讓你手忙腳亂嗎?淺談嬰幼兒疫苗
學甲區	114年3月6日(四)	10:00-11:30	甜蜜守護~新生兒照護與急救技能全攻略
學甲區	114年4月10日(四) (線上)	10:00-11:30	我懂你~認識寶寶的肢體語言
學甲區	114年5月8日(四)	10:00-11:30	媽咪曲線管理：與健康同行(SO身窈窕精油與筋絡按摩實作)
學甲區	114年6月5日(四) (線上)	10:00-11:30	做個優雅的哺乳媽媽~帶寶寶旅行注意事項
學甲區	114年7月3日(四)	10:00-11:30	哺乳放輕鬆~遇見幸福味道 (芳香療法+冥想+音律療癒)
學甲區	114年8月7日(四) (線上)	10:00-11:30	寶寶的成長密碼~談談嬰幼兒發展
學甲區	114年9月4日(四)	10:00-11:30	舒緩媽媽的每一天：乳房健康與痠痛調理
學甲區	114年10月2日(四) (線上)	10:00-11:30	親餵瓶餵都是好餵
學甲區	114年11月6日(四)	10:00-11:30	寶寶睡眠大挑戰&手做擴香石

學甲區	114年12月4日(四) (線上)	10:00-11:30	多了一個你(妳)-淺談孕產育兒的改變與調適
-----	----------------------	-------------	-----------------------

官田區衛生所承辦人康小姐 連絡電話06-5791493分機221

活動地點：官田區衛生所二樓會議室

區域	日期	時間	題目
官田區	114年1月08日(三)	09:00-10:30	哺乳放輕鬆～遇見幸福 (芳香療法+冥想+音律療癒)
官田區	114年2月05日(三) (線上)	09:00-10:30	我懂你-認識寶寶的肢體語言
官田區	114年3月05日(三)	09:00-10:30	媽媽曲線管理～與健康同行 (SO身窈窕精油與經絡按摩)
官田區	114年4月02日(三) (線上)	09:00-10:30	優化妳的哺育生活～親餵瓶餵都好餵
官田區	114年5月07日(三)	09:00-10:30	寶寶副食品,輕鬆上菜與離乳技巧
官田區	114年6月04日(三) (線上)	09:00-10:30	上班族媽媽繼續餵母乳有撇步
官田區	114年7月02日(三)	09:00-10:30	安撫寶寶有技巧-談嬰幼兒發展與睡眠
官田區	114年8月06日(三) (線上)	09:00-10:30	做個優雅的哺乳媽媽 ~帶寶寶旅行注意事項
官田區	114年9月10日(三)	09:00-10:30	嬰兒安撫技巧
官田區	114年10月02日(四) (線上)	09:00-10:30	多了一個你(妳)淺談孕產育兒的改變與調適
官田區	114年11月05日(三)	09:00-10:30	親子共讀-為愛朗讀
官田區	114年12月03日(三) (線上)	09:00-10:30	上班族媽媽繼續餵母乳有撇步

玉井區衛生所承辦人林小姐 連絡電話06-5742275分機124

活動地點：玉井區衛生所

地點	日期	時間	題目
玉井區衛生所	114年1月07日(二)	14:00-15:30	親密連結：母乳哺育與親子共讀的美好時光
玉井區衛生所	114年4月08日(二)	14:00-15:30	育兒安心攻略：嬰兒居家安全守則
玉井區衛生所	114年7月08日(二)	14:00-15:30	母乳寶寶副食品分享：營養均衡的第一口食物
玉井區衛生所	114年10月07日(二)	14:00-15:30	母乳支持與資源分享：哺乳輔助好幫手全集合

楠西區衛生所承辦人洪小姐 連絡電話06-5751006分機103

活動地點：楠西區衛生所

地點	日期	時間	題目
楠西區衛生所	114年2月20日(四)	14:00-15:30	打造神隊友-全家如何支持哺乳與育兒
楠西區衛生所	114年5月22日(四)	14:00-15:30	外出哺乳與揹巾使用

楠西區衛生所	114年8月21日(四)	14:00-15:30	副食品添加與安全離乳
楠西區衛生所	114年11月20日(四)	14:00-15:30	嬰幼兒睡眠與親子共讀

南化區衛生所承辦人蘇小姐 連絡電話06-5771139分機205

活動地點：南化區衛生所一樓候診區

地點	日期	時間	題目
南化區衛生所	114年3月5日(三)	15:00-16:30	舒緩媽媽的每一天： 乳房健康與痠痛調理
南化區衛生所	114年6月11日(三)	15:00-16:30	寶寶副食品添加+實作
南化區衛生所	114年9月10日(三)	15:00-16:30	媽咪曲線管理：與健康同行 (SO身窈窕精油與筋絡按摩實作)
南化區衛生所	114年12月10日(三)	15:00-16:30	寶寶睡眠大挑戰&手做擴香石