

115年母乳哺育支持團體

奇美醫院 承辦人王小姐 連絡電話06-2812811分機53286

活動地點：奇美醫療財團法人奇美醫院 第二醫療大樓5樓兒科討論室

區域	日期	時間	題目
永康區	115年1月20日(二)	14:30-16:00	寶寶到底有沒有喝飽?
永康區	115年2月24日(二)	14:30-16:00	純母乳哺餵重要嗎?
永康區	115年3月24日(二)	14:30-16:00	維持泌乳的技巧
永康區	115年4月28日(二)	14:30-16:00	母房結構及乳房腫脹處理
永康區	115年5月26日(二)	14:30-16:00	我該選擇親餵還是瓶餵
永康區	115年6月23日(二)	14:30-16:00	新手爸媽與哺乳
永康區	115年7月21日(二)	14:30-16:00	脹奶、塞奶、石頭奶怎麼辦?
永康區	115年8月18日(二)	14:30-16:00	職場哺乳小撇步
永康區	115年9月22日(二)	14:30-16:00	哺乳媽媽及嬰兒作息
永康區	115年10月20日(二)	14:30-16:00	新生兒黃疸與哺乳
永康區	115年11月17日(二)	14:30-16:00	哺乳常見問題及處理
永康區	115年12月8日(二)	14:30-16:00	如何增加泌乳量

臺南市立安南醫院附設產後護理之家承辦人楊小姐連絡電話06-3553111分機1695

活動地點：臺南市安南區長和路二段66號第一醫療大樓6樓

區域	日期	時間	題目
安南區	115年1月9日(五)	14:00-15:30	第一次餵就成功！讓新手媽瞬間上手
安南區	115年2月13日(五)	14:00-15:30	寶寶一吸就定位！破解含乳不順的技巧
安南區	115年3月13日(五)	14:00-15:30	一家人都是你的神隊友！把爸爸阿公阿嬤變身母乳後援團
安南區	115年4月10日(五)	14:00-15:30	奶量越餵越多！媽媽們大推的爆量密技全公開
安南區	115年5月8日日(五)	14:00-15:30	擠奶可以很輕鬆！解鎖不卡卡、不脹痛的擠乳神攻略
安南區	115年6月12日日(五)	14:00-15:30	母乳是寶寶最強護盾！打造天生免疫力的秘密武器
安南區	115年7月10日日(五)	14:00-15:30	不再被餵奶綁架！媽咪的時間魔法讓生活重新有節奏
安南區	115年8月14日日(五)	14:00-15:30	決定寶寶一生的黃金1000天！母乳讓起跑點更亮眼
安南區	115年9月11日日(五)	14:00-15:30	哺乳不焦慮！用科學方法讓寶寶好餵、媽媽好輕鬆
安南區	115年10月9日日(五)	14:00-15:30	把餵奶變成享受！媽媽專屬的身心靈療癒哺乳時光
安南區	115年11月13日日(五)	14:00-15:30	一口母乳一份愛！強化親子連結的甜蜜秘密
安南區	115年12月11日日(五)	14:00-15:30	寶寶笑媽媽更輕鬆！邊玩邊學的母乳育兒派對

臺南市立醫院(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：臺南市立醫院 2樓婦產幼門診區哺乳室(臺南市東區崇德路670號)

區域	日期	時間	題目
東區	115年1月9日(五)	10:00-12:00	哺乳期可以吃中藥嗎?

東區	115年2月11日(三)	10:00-12:00	餵奶後為何乳房仍是脹的？
東區	115年3月11日(三)	10:00-12:00	職業婦女返回職場後如何持續餵母乳？
東區	115年4月8日(三)	10:00-12:00	坐月子的哺乳與寶寶照護
東區	115年5月6日(三)	10:00-12:00	我該選擇親餵還是瓶餵？
東區	115年6月12日(五)	10:00-12:00	媽媽接種疫苗，會不會透過乳汁傳給寶寶？
東區	115年7月8日(三)	10:00-12:00	塞奶的原因及處理？
東區	115年8月7日(五)	10:00-12:00	初乳對寶寶的重要性
東區	115年9月9日(三)	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	115年10月7日(三)	10:00-12:00	媽媽感冒或生病吃藥還可以哺乳嗎？
東區	115年11月4日(三)	10:00-12:00	吃那些東西可增加乳汁？
東區	115年12月9日(三)	10:00-12:00	哺餵母乳甘苦談

南區衛生所 承辦人陳小姐 連絡電話06-2618578分機206

活動地點：臺南市南區衛生所

區域	日期	時間	題目
南區	115年01月13日(二)	09:00-10:30	親餵瓶餵都是好餵
南區	115年02月10日(二)	09:00-10:30	母乳寶寶睡眠大挑戰
南區	115年03月10日(二)	09:00-10:30	第一口的幸福：母乳寶寶副食品添加秘訣
南區	115年04月14日(二)	09:00-10:30	哺乳媽媽之新生兒照護
南區	115年05月12日(二)	09:00-10:30	做個優雅哺乳媽媽～帶寶寶旅行注意事項
南區	115年06月09日(二)	09:00-10:30	哺乳的迷思
南區	115年07月14日(二)	09:00-10:30	甜蜜的負擔～如何母乳哺育與嬰兒睡眠
南區	115年08月11日(二)	09:00-10:30	啟動成長大冒險～一起探索母乳寶寶每一步的黃金發展線索
南區	115年09月08日(二)	09:00-10:30	母乳滋養～從親子同室到親子共讀
南區	115年10月13日(二)	09:00-10:30	母乳的旅程：培養生命第一步
南區	115年11月10日(二)	09:00-10:30	哄睡不崩潰！母乳寶寶放鬆技巧大公開
南區	115年12月01日(二)	09:00-10:30	從哺乳生活談手足競爭

成大醫院 承辦人曾小姐連絡電話06-2353535分機2333

活動地點：北區婦產科候診區

區域	日期	時間	題目
北區	115年1月17日(六)	10:30-12:00	母乳呵護，親子同室與共讀，傳遞愛的訊息
北區	115年2月11日(三)線上	10:30-12:00	哺乳、育兒大小事
北區	115年3月14日(六)	10:30-12:00	打造神隊友-全家如何支持哺乳與育兒
北區	115年4月18日(六)	10:30-12:00	用牌卡連結愛-陪伴懷孕、哺乳與育兒路
北區	115年5月09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	115年6月13日(六)	10:30-12:00	母乳滋養，副食品添加，助寶寶茁壯成長
北區	115年7月11日(六)	10:30-12:00	打造神隊友-全家如何支持哺乳與育兒
北區	115年8月08日(六)	10:30-12:00	母乳呵護，親子同室與共讀，傳遞愛的訊息

北區	115年9月16日(三)線上	10:30-12:00	哺乳、育兒大小事
北區	115年10月17日(六)	10:30-12:00	母乳滋養，副食品添加，助寶寶茁壯成長
北區	115年11月14日(六)	10:30-12:00	用牌卡連結愛-陪伴懷孕、哺乳與育兒路
北區	115年12月12日(六)	10:30-12:00	瓶餵與親餵?提供寶寶最好的滋養愛的選擇

仁德區衛生所 承辦人:黃護理師 連絡電話06-2704153分機218

活動地點:仁德區親子悠遊館

區域	日期	時間	題目
仁德區	115年1月7日(三)	15:00-16:30	母乳哺餵輕鬆坐月子
仁德區	115年2月11日(三)	15:00-16:30	離乳準備-嬰幼兒主導餵食
仁德區	115年3月11日(三)	15:00-16:30	如何促進乳汁分泌(ㄅㄩ、ㄅㄩ、滴)
仁德區	115年4月15日(三)	15:00-16:30	安睡寶寶:母乳餵養與寶寶睡過夜
仁德區	115年5月6日(三)	15:00-16:30	哺乳期的乳房疑難雜症
仁德區	115年6月17日(三)	15:00-16:30	親餵與瓶餵,都機咧咖賀?
仁德區	115年7月15日(三)	15:00-16:30	孕期母乳哺餵早準備
仁德區	115年8月12日(三)	15:00-16:30	母乳媽媽睡得好,寶寶頭好壯壯!
仁德區	115年9月16日(三)	15:00-16:30	母乳帶著上班去-手擠乳與集乳
仁德區	115年10月7日(三)	15:00-16:30	外出哺乳趣-Buffer帶著走
仁德區	115年11月18日(三)	15:00-16:30	哺乳真好!疑惑澄清
仁德區	115年12月2日(三)	15:00-16:30	哺乳媽媽好輕鬆

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:歸仁區衛生所/祐安產後護理之家

區域	日期	時間	題目
歸仁區	115年1月7日(三)	10:00-11:30	相見歡/產前產後哺乳須知
歸仁區	115年2月4日(三)(視訊)	10:00-11:30	家庭哺乳神隊友之養成/寶寶安撫技巧傳授
歸仁區	115年3月4日(三)	10:00-11:30	從哺乳期看寶寶氣質
歸仁區	115年4月8日(三)(視訊)	10:00-11:30	哺乳常見寶寶問題/副食添加原則
歸仁區	115年5月6日(三)	10:00-11:30	愛的雙重奏-從哺乳愛上共讀
歸仁區	115年6月3日(三)(視訊)	10:00-11:30	哺乳期關鍵飲食及用藥
歸仁區	115年7月8日(三)	10:00-11:30	哺乳期如何與寶寶好好共眠
歸仁區	115年8月5日(三)(視訊)	10:00-11:30	哺乳不孤單-遠離產後憂鬱
歸仁區	115年9月2日(三)	10:00-11:30	哺乳期照顧寶寶大小事
歸仁區	115年10月7日(三)(視訊)	10:00-11:30	常見哺乳Q&A
歸仁區	115年11月4日(三)	10:00-11:30	談哺乳與親子依附關係建立
歸仁區	115年12月2日(三)(視訊)	10:00-11:30	職場哺乳困境/離乳注意關鍵

善化區衛生所 承辦人黃小姐 連絡電話06-5837035分機223

活動地點:善化區太和良月產後護理之家

區域	日期	時間	題目
善化區	115年1月7日(三)	16:30-18:00	新手爸媽一起來:母乳哺育入門班

善化區	115年2月4日(三)	16:30-18:00	母乳哺餵常見問題全攻略
善化區	115年3月18日(三)	16:30-18:00	親餵&瓶餵，混合式餵養小技巧
善化區	115年4月15日(三)	16:30-18:00	親密時光:母乳與親子依附關係
善化區	115年5月13日(三)	16:30-18:00	維持奶量的小祕訣:讓哺乳更順利的的方法
善化區	115年6月10日(三)	16:30-18:00	揮別哺乳焦慮:哺乳舒壓小技巧
善化區	115年7月8日(三)	16:30-18:00	塞奶不緊張:原因剖析與改善技巧
善化區	115年8月12日(三)	16:30-18:00	ㄋㄟㄋㄟ不夠不驚慌，如何增加泌乳量
善化區	115年9月9日(三)	16:30-18:00	哺乳媽媽自我照護
善化區	115年10月14日(三)	16:30-18:00	安心重返職場:哺乳準備暖心指南
善化區	115年11月11日(三)	16:30-18:00	母乳的好處，寶寶免疫UPUP！
善化區	115年12月2日(三)	16:30-18:00	母乳保存與衛生

璽樂產後護理之家 承辦人顏小姐 連絡電話06-2931677分機760

活動地點：安平區璽樂產後護理之家

區域	日期	時間	主題
安平區	115年1月23日(五)	16:30-18:00	母乳營養的動態科學
安平區	115年2月27日(五)線上	16:30-18:00	母乳啟動與肌膚接觸
安平區	115年3月27日(五)	16:30-18:00	母親與寶貝雙人舞:舒適哺乳姿勢與技巧
安平區	115年4月24日(五)	16:30-18:00	安全共眠與母乳親密育兒
安平區	115年5月22日(五)	16:30-18:00	母乳之路：情緒與心理支持
安平區	115年6月26日(五)	16:30-18:00	安心哺乳：用藥與母乳安全
安平區	115年7月24日(五)	16:30-18:00	神隊友的母乳育兒術
安平區	115年8月28日(五)線上	16:30-18:00	母乳同心圓：家庭支持網絡
安平區	115年9月25日(五)	16:30-18:00	哺乳問題的預防與處理
安平區	115年10月23日(五)	16:30-18:00	母乳迷思大破解
安平區	115年11月27日(五)	16:30-18:00	Ready GO HOME 哺餵母乳的準備
安平區	115年12月4日(五)	16:30-18:00	返回職場繼續母乳之路

佑生婦產科診所 承辦人吳小姐 新營區衛生所連絡電話06-6355696分機309 涂小姐

活動地點：新營區佑生婦產科診所

區域	日期	時間	題目
新營區	115年1月7日(三)	14:30-16:00	陪你走過母乳哺育的每一步
新營區	115年2月4日(三)	14:30-16:00	輕鬆哺乳 安心育兒
新營區	115年3月4日(三)	14:30-16:00	乳您所願~呵護寶貝
新營區	115年4月1日(一)	14:30-16:00	乳您所願~呵護寶貝
新營區	115年5月6日(三)	14:30-16:00	第一份禮物：母乳與寶寶成長旅程
新營區	115年6月3日(三)	14:30-16:00	乳您所願~呵護寶貝
新營區	115年7月1日(三)	14:30-16:00	乳您所願~呵護寶貝
新營區	115年8月5日(三)	14:30-16:00	擁抱您~哺乳媽咪們專屬營養補給站

新營區	115年9月2日(三)	14:30-16:00	哺乳媽媽的超能力：職場兼顧母乳不是夢
新營區	115年10月7日(三)	14:30-16:00	新手媽媽不踩雷：儲存母乳 好攻略
新營區	115年11月4日(三)	14:30-16:00	身心舒緩：母乳哺育中的壓力~LOVE~
新營區	115年12月2日(三)	14:30-16:00	寶寶夜間探險：破解哺育母乳與睡眠的平衡力

新市區衛生所 承辦人王小姐 連絡電話06-5952395分機205

活動地點：新市區衛生所

區域	日期	時間	題目
新市區	115年1月13日(二)	09:00-10:30	哺乳超前部署-從懷孕開始的哺乳準備
新市區	115年2月03日(二)	09:00-10:30	出生第一刻就上線-肌膚接觸 × 母乳哺育啟動力
新市區	115年3月03日(二)	09:00-10:30	找到你的黃金姿勢-母乳哺育更輕鬆的含乳技巧
新市區	115年4月14日(二)	09:00-10:30	聽懂寶寶的小語言：母乳哺育的飢餓訊號大解析
新市區	115年5月05日(二)	09:00-10:30	哺乳迷思大破解
新市區	115年6月02日(二)	09:00-10:30	泌乳維持與增加奶量技巧全攻略
新市區	115年7月07日(二)	09:00-10:30	哺乳媽媽營養照護
新市區	115年8月04日(二)	09:00-10:30	哺乳媽媽的身心調適
新市區	115年9月08日(二)	09:00-10:30	家庭支持與角色分工-打造哺乳友善家庭
新市區	115年10月06日(二)	09:00-10:30	職場哺乳規劃與銜接
新市區	115年11月03日(二)	09:00-10:30	副食品添加與離乳準備
新市區	115年12月01日(二)	09:00-10:30	從觸摸到連結：母乳哺育家庭的寶寶按摩時光

佳里區衛生所 承辦人侯小姐 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	115年1月06日(二)	08:30-10:00	為何選擇母乳？-母乳哺餵的好處一次懂
佳里區	115年2月03日(二)	08:30-10:00	打造母乳神隊友-全家一起支持哺乳與育兒
佳里區	115年3月03日(二)	08:30-10:00	哺乳媽媽常見乳房問題與照護處理
佳里區	115年4月07日(二)	08:30-10:00	外出也能輕鬆親餵-行動哺乳好方便
佳里區	115年5月05日(二)	08:30-10:00	母乳哺餵與嬰兒安撫實用技巧
佳里區	115年6月02日(二)	08:30-10:00	寶貝打疫苗後-哺乳媽媽母乳哺餵的注意事項
佳里區	115年7月07日(二)	08:30-10:00	洗澡不再像打仗-母乳寶寶的新生兒沐浴與親餵時光
佳里區	115年8月04日(二)	08:30-10:00	母乳寶寶副食品分享-營養均衡怎麼吃
佳里區	115年9月01日(二)	08:30-10:00	外出哺乳與各式背巾運用-讓母乳媽媽更輕鬆
佳里區	115年10月06日(二)	08:30-10:00	嬰幼兒睡眠型態與母乳寶寶一夜好眠祕訣
佳里區	115年11月03日(二)	08:30-10:00	愛的撫觸-親子按摩運用在母乳寶寶身上
佳里區	115年12月01日(二)	08:30-10:00	母乳滋養身心-親子陪伴共讀好時光

大安婦幼醫院 承辦人：卓衛教師 連絡電話06-2278899分機109

活動地點：中西區金華路3段167號一樓大廳

區域	日期	時間	題目
中西區	115年01月18日(日)	10:00-11:30	爸爸也能懂哺乳： 善用爸爸手冊提升育兒參與與支持度
中西區	115年02月08日(日)	10:00-11:30	不吃不是挑食！ 理解哺乳寶寶面對副食品的過渡過程
中西區	115年03月15日(日)	10:00-11:30	到底怎麼餵？ 親餵與瓶餵的正確做法與小技巧
中西區	115年04月19日(日)	10:00-11:30	面對哺乳育兒過渡期 黑眼圈爸媽的實用指南
中西區	115年05月24日(日)	10:00-11:30	帶寶寶出門不緊張！ 外出哺乳與摺巾使用一步搞定
中西區	115年06月14日(日)	10:00-11:30	從醫院到家 陪伴新手爸媽迎接哺乳生活的新開始
中西區	115年07月19日(日)	10:00-11:30	原來寶寶也需要按摩！ 適合哺乳寶寶的按摩技巧與時機
中西區	115年08月16日(日)	10:00-11:30	塞奶=奶路塞車？ 教你如何疏通不卡關！
中西區	115年09月20日(日)	10:00-11:30	哭哭密碼大破解！ 哺乳寶寶到底想說什麼？
中西區	115年10月18日(日)	10:00-11:30	睡眠迷思破解 哺乳寶寶到底怎麼睡？
中西區	115年11月15日(日)	10:00-11:30	返回職場 如何持續哺育母乳
中西區	115年12月06日(日)	10:00-11:30	談談~哺乳時的工具該怎麼用？

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	115年01月07日(三)	10:30-12:00	讓愛流動：母乳哺育中的壓力舒緩小妙招
麻豆區	115年02月04日(三)	10:30-12:00	解鎖哺乳密碼：輕鬆上手的哺乳姿勢與技巧
麻豆區	115年03月04日(三)	10:30-12:00	哺乳育兒期間如何了解兒童發展遲緩及如何預防意外事故的發生
麻豆區	115年04月01日(三)	10:30-12:00	黑眼圈爸媽的哺乳育兒過渡期
麻豆區	115年05月06日(三)	10:30-12:00	哺乳新生兒-新生兒沐浴
麻豆區	115年06月03日(三)	10:30-12:00	摺巾助力哺乳輕鬆行
麻豆區	115年07月01日(三)	10:30-12:00	哺乳小心機：奶量不夠？這裡有解方！
麻豆區	115年08月05日(三)	10:30-12:00	愛與分離的練習：手擠奶
麻豆區	115年09月02日(三)	10:30-12:00	哺乳育兒不知道的事
麻豆區	115年10月07日(三)	10:30-12:00	哺乳副食品添加-輕鬆煮開心吃
麻豆區	115年11月04日(三)	10:30-12:00	哺她們的哺乳故事：一杯茶、一段分享、一場心靈旅行
麻豆區	115年12月02日(三)	10:30-12:00	母乳支援資源與社群應用

新化區衛生所承辦人黃小姐連絡電話06-5906025分機130

活動地點：新化區衛生所

區域	日期	時間	題目
新化區	115年1月6日(二)	14:00-15:30	母乳哺育的好處與母乳成份
新化區	115年2月10日(二)	14:00-15:30	吃哪些東西可以增加乳汁

新化區	115年3月10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	115年4月7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	115年5月5日(二)	14:00-15:30	母乳媽媽別煩惱：副食品添加時機
新化區	115年6月9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	115年7月7日(二)	14:00-15:30	服藥就不能餵奶了嗎？
新化區	115年8月4日(二)	14:00-15:30	常見的哺乳問題與迷思
新化區	115年9月8日(二)	14:00-15:30	帶寶寶旅遊去~外出哺乳該注意什麼？
新化區	115年10月6日(二)	14:00-15:30	大寶陪伴與多寶哺乳
新化區	115年11月10日(二)	14:00-15:30	哺乳問題Q&A
新化區	115年12月1日(二)	14:00-15:30	外出哺乳與揹巾使用

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	115年1月13日(二)	08:30-10:00	為何選擇母乳？母乳哺餵的好處一次懂
關廟區	115年2月10日(二)	08:30-10:00	打造母乳神隊友-全家一起支持哺乳與育兒
關廟區	115年3月10日(二)	08:30-10:00	哺乳媽媽常見乳房問題與照護處理
關廟區	115年4月14日(二)	08:30-10:00	外出也能輕鬆親餵-行動哺乳好方便
關廟區	115年5月12日(二)	08:30-10:00	母乳哺餵與嬰兒安撫實用技巧
關廟區	115年6月09日(二)	08:30-10:00	寶貝打疫苗後-哺乳媽媽母乳哺餵的注意事項
關廟區	115年7月14日(二)	08:30-10:00	洗澡不再像打仗-母乳寶寶的新生兒沐浴與親餵時光
關廟區	115年8月11日(二)	08:30-10:00	母乳寶寶副食品分享-營養均衡怎麼吃
關廟區	115年9月08日(二)	08:30-10:00	外出哺乳與各式背巾運用-讓母乳媽媽更輕鬆
關廟區	115年10月13日(二)	08:30-10:00	嬰幼兒睡眠型態與母乳寶寶一夜好眠祕訣
關廟區	115年11月10日(二)	08:30-10:00	愛的撫觸-親子按摩運用在母乳寶寶身上
關廟區	115年12月08日(二)	08:30-10:00	母乳滋養身心-親子陪伴共讀好時光

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	115年1月27日(二)	14:30-16:00	母乳哺育第一課：從乳開始，輕鬆上手！
安定區	115年2月24日(二)	14:30-16:00	寶寶愛吸奶：哺乳姿勢與含乳技巧
安定區	115年3月24日(二)	14:30-16:00	母乳哺餵需要神隊友-建立哺乳友善的家人支持圈
安定區	115年4月28日(二)	14:30-16:00	哺乳小心機：奶量不夠？這裡有解方！
安定區	115年5月26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	115年6月23日(二)	14:30-16:00	母乳的神奇能量：寶寶免疫力全靠它！
安定區	115年7月28日(二)	14:30-16:00	哺乳媽媽的心情茶會~MaMa Me-Time：壓力舒緩祕訣分享
安定區	115年8月25日(二)	14:30-16:00	親餵瓶餵怎麼餵？混合餵養小撇步
安定區	115年9月22日(二)	14:30-16:00	愛與分離的練習：斷奶不崩潰(含副食品添加)

安定區	115年10月27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	115年11月17日(二)	14:30-16:00	安睡寶寶時間：母乳餵養與睡眠調適
安定區	115年12月01日(二)	14:30-16:00	母乳寶寶出門趣：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

區域	日期	時間	題目
西港區	115年1月20日(二)	08:30-10:00	母乳寶寶睡眠大挑戰
西港區	115年2月10日(二)線上	08:30-10:00	產前產後哺乳全攻略
西港區	115年3月17日(二)	08:30-10:00	職場媽媽的哺乳二三事
西港區	115年4月21日(二)線上	08:30-10:00	打造神隊友：全家如何支持哺乳與育兒
西港區	115年5月19日(二)	08:30-10:00	哺乳期嬰兒常見問題
西港區	115年6月9日(二)線上	08:30-10:00	上班族媽媽繼續餵母乳有撇步
西港區	115年7月14日(二)	08:30-10:00	母乳的旅程：培養生命第一步
西港區	115年8月11日(二)線上	08:30-10:00	哺乳媽媽之新生兒照護
西港區	115年9月1日(二)	08:30-10:00	哺乳放輕鬆～遇見幸福餵道
西港區	115年10月6日(二)線上	08:30-10:00	母乳知多少
西港區	115年11月3日(二)	08:30-10:00	母乳滋養～從親子同室到親子共讀
西港區	115年12月1日(二)線上	08:30-10:00	哺乳媽媽身心放鬆

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：柳營奇美醫院醫療大樓3樓-3A婦兒科病房

	日期	時間	題目
柳營區	115年1月16日(五)	13:00-14:30	母乳哺餵常見問題
柳營區	115年2月13日(五)	13:00-14:30	哺乳期的均衡營養
柳營區	115年3月13日(五)	13:00-14:30	母乳哺餵也該好好休息
柳營區	115年4月24日(五)	13:00-14:30	母乳哺餵與嬰幼兒睡眠調適
柳營區	115年5月15日(五)	14:00-15:30	「乳」你所願
柳營區	115年6月12日(五)	13:00-14:30	預防過敏從哺乳開始
柳營區	115年7月31日(五)	13:00-14:30	母乳的秘密
柳營區	115年8月21日(五)	13:00-14:30	哺乳媽媽不累
柳營區	115年9月11日(五)	13:00-14:30	哺乳媽媽吃營養
柳營區	115年10月16日(五)	14:00-15:30	「乳」你所願
柳營區	115年11月20日(五)	13:00-14:30	母乳哺餵的美好時光
柳營區	115年12月11日(五)	13:00-14:30	中醫調理與哺乳

學甲區衛生所承辦人宋小姐/先生連絡電話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	115年1月20日(二)	10:30-12:00	實體--母乳寶寶睡眠大挑戰
學甲區	115年2月10日(二)	10:30-12:00	線上-產前產後哺乳全攻略
學甲區	115年3月17日(二)	10:30-12:00	實體--職場媽媽的哺乳二三事：
學甲區	115年4月21日(二)	10:30-12:00	線上-打造神隊友：全家如何支持哺乳與育兒
學甲區	115年5月19日(二)	10:30-12:00	實體：哺乳期嬰兒常見問題
學甲區	115年6月9日(二)	10:30-12:00	線上-上班族媽媽繼續餵母乳有撇步
學甲區	115年7月14日(二)	10:30-12:00	實體-母乳的旅程：培養生命第一步
學甲區	115年8月11日(二)	10:30-12:00	線上-哺乳媽媽之新生兒照護
學甲區	115年9月1日(二)	10:30-12:00	實體：哺乳放輕鬆～遇見幸福餵道
學甲區	115年10月6日(二)	10:30-12:00	線上：哺乳寶寶知多少
學甲區	115年11月3日(二)	10:30-12:00	實體-母乳滋養～從親子同室到親子共讀
學甲區	115年12月1日(二)	10:30-12:00	線上-哺乳媽媽身心放鬆

鹽水區衛生所承辦人朱鈺馨小姐連絡電話06-6521041分機212

活動地點：鹽水區衛生所

區域	日期	時間	題目
鹽水區	115年1月6日(二)	9:00-10:30	相見歡/母乳哺育
鹽水區	115年2月10日(二)	9:00-10:30	孕期準備與產後哺乳啟動
鹽水區	115年3月10日(二)	9:00-10:30	正確哺乳姿勢與含乳技巧
鹽水區	115年4月7日(二)	9:00-10:30	泌乳原理與奶量建立
鹽水區	115年5月5日(二)	9:00-10:30	哺乳期營養與生活
鹽水區	115年6月9日(二)	9:00-10:30	常見哺乳困難與因應
鹽水區	115年7月7日(二)	9:00-10:30	母乳擠奶技巧與工具使用
鹽水區	115年8月4日(二)	9:00-10:30	母乳保存與安全餵食
鹽水區	115年9月8日(二)	9:00-10:30	母乳寶寶成長密碼
鹽水區	115年10月6日(二)	9:00-10:30	職場哺乳與回歸工作準備
鹽水區	115年11月10日(二)	9:00-10:30	長期哺乳與副食品銜接
鹽水區	115年12月8日(二)	9:00-10:30	母乳哺育課程經驗分享與支持網絡介紹

官田區衛生所承辦人：廖佩玉護理師 連絡電話06-5791493分機222

活動地點：臺南市官田區衛生所二樓會議室

區域	日期	時間	題目
官田區	115年1月15日(四)	10:00-11:30	母乳哺餵輕鬆坐月子
官田區	115年2月5日(四)	10:00-11:30	離乳準備-嬰幼兒主導餵食
官田區	115年3月12日(四)	10:00-11:30	如何促進乳汁分泌(ㄅㄩ、ㄅㄩ、滴)
官田區	115年4月9日(四)	10:00-11:30	安睡寶寶：母乳餵養與寶寶睡過夜
官田區	115年5月14日(四)	10:00-11:30	哺乳期的乳房疑難雜症
官田區	115年6月11日(四)	10:00-11:30	親餵與瓶餵，都機咧咖賀？
官田區	115年7月9日(四)	10:00-11:30	孕期母乳哺餵早準備

官田區	115年8月6日(四)	10:00-11:30	母乳媽媽睡得好，寶寶頭好壯壯!
官田區	115年9月10日(四)	10:00-11:30	母乳帶著上班去-手擠乳與集乳
官田區	115年10月15日(四)	10:00-11:30	外出哺乳趣-Buffer帶著走
官田區	115年11月12日(四)	10:00-11:30	哺乳真好!疑惑澄清
官田區	115年12月3日(四)	10:00-11:30	哺乳媽媽好輕鬆

下營區衛生所承辦人盧秋妙小姐連絡電話06-6892149分機114

活動地點：下營區衛生所三樓會議室

地點	日期	時間	題目
下營區	115年1月21日(三)	09:00-10:30	哺乳放輕鬆～遇見幸福餵道
下營區	115年2月11日(三)線上	09:00-10:30	哺乳時安全的睡眠環境
下營區	115年3月11日(三)	09:00-10:30	常見哺乳之新生兒照護問題
下營區	115年4月8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
下營區	115年5月6日(三)	09:00-10:30	職場媽媽的哺乳二三事：返工後母乳哺育的實戰攻略
下營區	115年6月10日(三)線上	09:00-10:30	哺乳媽媽吃營養
下營區	115年7月8日(三)	09:00-10:30	「第一口的幸福：母乳寶寶副食品添加秘訣」
下營區	115年8月5日(三)線上	09:00-10:30	哺乳媽媽身心放鬆
下營區	115年9月9日(三)	09:00-10:30	母乳滋養～從親子同室到親子共讀
下營區	115年10月7日(三)線上	09:00-10:30	母乳寶寶成長秘密-淺談嬰幼兒發展
下營區	115年11月11日(三)	09:00-10:30	「哄睡不崩潰！母乳寶寶放鬆技巧大公開
下營區	115年12月2日(三)線上	09:00-10:30	親餵瓶餵都是好餵

七股區衛生所 承辦人邱小姐 連絡電話06-7872277分機119

活動地點：七股區衛生所

地點	日期	時間	題目
七股區	115年1月06日(二)	09:30-11:00	哺乳媽媽保健日常
七股區	115年2月10日(二)	09:30-11:00	哺餵母乳常見問題
七股區	115年3月10日(二)	09:30-11:00	我的寶寶不吸乳房怎麼辦?
七股區	115年4月07日(二)	09:30-11:00	親餵瓶餵怎麼餵?
七股區	115年5月05日(二)	09:30-11:00	新手父母需知母乳優點及好處
七股區	115年6月09日(二)	09:30-11:00	母乳收集與保存
七股區	115年7月07日(二)	09:30-11:00	哺乳媽媽的營養攝取
七股區	115年8月04日(二)	09:30-11:00	哺餵母乳疑難雜症
七股區	115年9月08日(二)	09:30-11:00	泌乳小秘訣
七股區	115年10月06日(二)	09:30-11:00	正確哺餵方式及乳房護理
七股區	115年11月10日(二)	09:30-11:00	職場哺乳甘苦談
七股區	115年12月08日(二)	09:30-11:00	較大嬰孩母乳哺餵與副食品添加

白河區衛生所 承辦人吳小姐 連絡電話06-6852014分機209

活動地點：白河區衛生所活動室

白河區	115年1月06日(二)	13:30-15:00	和母乳寶寶一起坐月子
白河區	115年2月03日(二)	13:30-15:00	母乳哺育神隊友養成術
白河區	115年3月03日(二)	13:30-15:00	母乳哺育與媽媽的飲食
白河區	115年4月07日(二)	13:30-15:00	母乳哺育與嬰兒副食品
白河區	115年5月05日(二)	13:30-15:00	瓶餵?親餵?混餵?如何轉換
白河區	115年6月02日(二)	13:30-15:00	母乳寶寶的睡眠模式及安撫寶寶
白河區	115年7月07日(二)	13:30-15:00	母乳媽媽身心支持
白河區	115年8月04日(二)	13:30-15:00	母乳寶寶按摩技巧,防脹氣、便秘
白河區	115年9月08日(二)	13:30-15:00	母乳寶寶好黏人,談母乳與分離焦慮
白河區	115年10月06日(二)	13:30-15:00	一歲後持續哺乳與離乳常見問題
白河區	115年11月03日(二)	13:30-15:00	破解母乳謠言
白河區	115年12月08日(二)	13:30-15:00	母乳媽媽產後新生活+核心訓練

六甲區衛生所承辦人-楊護理師 連絡電話06-6982013分機204

活動地點：臺南市六甲區衛生所2樓和線上視訊

地點	日期	時間	題目
六甲區	115年01月22日(四)	09:00-10:30	優化妳的哺育生活
六甲區	115年02月11日(三)線上	10:30-12:00	上班族媽媽繼續餵母乳有撇步
六甲區	115年03月19日(四)	09:00-10:30	哺乳媽咪放輕鬆：經絡舒壓按摩
六甲區	115年04月08日(三)線上	10:30-12:00	做個優雅的哺乳媽媽～帶寶寶旅行注意事項
六甲區	115年05月21日(四)	09:00-10:30	哺乳媽咪曲線管理：與健康同行(身材修護動一動)
六甲區	115年06月10日(三)線上	10:30-12:00	哺乳媽媽吃營養
六甲區	115年07月09日(四)	09:00-10:30	母乳寶寶如何添加副食品
六甲區	115年08月05日(三)線上	10:30-12:00	哺乳媽媽身心放鬆
六甲區	115年09月17日(四)	09:00-10:30	哺乳時安全的睡眠環境
六甲區	115年10月07日(三)線上	10:30-12:00	母乳寶寶成長秘密-淺談嬰幼兒發展
六甲區	115年11月19日(四)	09:00-10:30	哺乳寶寶的成長彩繪拼貼
六甲區	115年12月02日(三)線上	10:30-12:00	親餵瓶餵都是好餵

後壁區衛生所 承辦人陳小姐 連絡電話06-6872624分機106

活動地點：後壁區衛生所

地點	日期	時間	題目
後壁區	115年1月13日(二)線上	10:00-11:30	外出哺乳好輕鬆
後壁區	115年2月10日(二)	10:00-11:30	母乳哺餵常見問題
後壁區	115年3月10日(二)線上	10:00-11:30	哺乳期的均衡營養
後壁區	115年4月07日(二)	10:00-11:30	母乳的秘密
後壁區	115年5月12日(二)線上	10:00-11:30	母乳儲存與運送
後壁區	115年6月09日(二)	10:00-11:30	母乳哺餵與嬰幼兒睡眠調適

後壁區	115年7月07日(二)線上	10:00-11:30	哺乳寶寶乖乖睡
後壁區	115年8月11日(二)	10:00-11:30	母乳哺餵也該好好休息
後壁區	115年9月08日(二)線上	10:00-11:30	職場哺乳好簡單
後壁區	115年10月13日(二)	10:00-11:30	哺乳媽媽不累
後壁區	115年11月10日(二)線上	10:00-11:30	哺乳媽媽吃營養
後壁區	115年12月08日(二)	10:00-11:30	母乳哺餵的美好時光

東山區母乳哺育支持團體 承辦人：社團法人台灣母乳協會 黃小姐

活動地點：採線上方式使用google meet軟體辦理

報名網址：<https://pse.is/twbftainan>

地點	日期	時間	題目
東山區	115年1月27日(二)	20:00-21:30	哺乳媽咪身心放輕鬆
東山區	115年2月24日(二)	20:00-21:30	孕期哺乳與多寶哺育
東山區	115年3月31日(二)	20:00-21:30	哺乳不用宅在家
東山區	115年4月28日(二)	20:00-21:30	母乳寶寶好黏人？
東山區	115年5月26日(二)	20:00-21:30	把握關鍵百日 哺乳更順利
東山區	115年6月30日(二)	20:00-21:30	哺乳育兒需要神隊友
東山區	115年7月28日(二)	20:00-21:30	生產與哺乳準備
東山區	115年8月25日(二)	20:00-21:30	睡眠安全與夜奶
東山區	115年9月29日(二)	20:00-21:30	親餵與瓶餵
東山區	115年10月27日(二)	20:00-21:30	哺乳寶貝吃東西
東山區	115年11月17日(二)	20:00-21:30	哺乳媽咪上班去
東山區	115年12月1日(二)	20:00-21:30	母乳哺餵常見問題

將軍區母乳哺育支持團體 承辦人：社團法人台灣母乳協會 黃小姐

活動地點：採線上方式使用google meet軟體辦理

報名網址：<https://pse.is/twbftainan>

地點	日期	時間	題目
將軍區	115年1月17日(六)	10:00-11:30	生產與哺乳準備
將軍區	115年2月21日(六)	10:00-11:30	第二胎哺乳準備
將軍區	115年3月21日(六)	10:00-11:30	母乳哺餵入門班-0-3個月的關鍵技巧
將軍區	115年4月18日(六)	10:00-11:30	哺乳困難調適與支持管道
將軍區	115年5月16日(六)	10:00-11:30	母乳與睡眠
將軍區	115年6月20日(六)	10:00-11:30	寶寶吃東西哺乳與副食品銜接
將軍區	115年7月18日(六)	10:00-11:30	哺乳媽咪的日常飲食
將軍區	115年8月15日(六)	10:00-11:30	哺乳媽咪來上班
將軍區	115年9月19日(六)	10:00-11:30	哺乳育兒需要神隊友
將軍區	115年10月24日(六)	10:00-11:30	破解母乳哺餵常見問題
將軍區	115年11月21日(六)	10:00-11:30	哺乳不用宅在家

將軍區	115年12月6日(日)	10:00-11:30	親餵瓶餵怎麼餵
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	115年1月27日(二)	14:00-15:30	新手媽也能穩穩餵：找回哺乳節奏與自信的一堂課
玉井區	115年2月10日(二)	14:00-15:30	上班族媽媽繼續餵母乳有撇步
玉井區	115年3月10日(二)	14:00-15:30	寶寶含不好怎麼辦？一次掌握含乳技巧密碼
玉井區	115年4月07日(二)	14:00-15:30	「哄睡不崩潰！母乳寶寶放鬆技巧大公開
玉井區	115年5月05日(二)	14:00-15:30	奶量忽多忽少？吃對食物讓奶更穩定
玉井區	115年6月09日(二)	14:00-15:30	哺乳的迷思-媽咪曲線管理：與健康同行
玉井區	115年7月07日(二)	14:00-15:30	夏天哺乳不煩躁：母乳保存與舒適餵奶秘訣
玉井區	115年8月04日(二)	14:00-15:30	從哺乳談寶寶氣質-從哺乳觀察寶寶的氣質因材施教
玉井區	115年9月08日(二)	14:00-15:30	重返職場母乳不中斷的關鍵技巧
玉井區	115年10月06日(二)	14:00-15:30	母乳寶寶的成長密碼～談談母乳嬰幼兒發展
玉井區	115年11月10日(二)	14:00-15:30	把家人變成你的母乳神隊友
玉井區	115年12月08日(二)	14:00-15:30	母乳滋養～從親子同室到親子共讀
山上區衛生所 承辦人劉小姐 連絡電話06-5781013分機207 活動方式：line群組視訊			
地點	日期	時間	題目
山上區	115年1月15日(四)	14:00-15:30	新手起步：產後哺乳前兩週的關鍵
山上區	115年2月05日(四)	14:00-15:30	含乳與姿勢一次到位
山上區	115年3月12日(四)	14:00-15:30	奶量建立與追奶策略
山上區	115年4月09日(四)	14:00-15:30	漲奶與塞奶的預防與處理
山上區	115年5月14日(四)	14:00-15:30	擠奶實作與擠奶器使用技巧
山上區	115年6月11日(四)	14:00-15:30	母乳保存與安全回溫原則
山上區	115年7月09日(四)	14:00-15:30	重返職場不停奶：哺集乳規劃
山上區	115年8月13日(四)	14:00-15:30	讀懂寶寶訊號：回應式餵食
山上區	115年9月10日(四)	14:00-15:30	厭奶期與睡眠調整的哺乳策略
山上區	115年10月08日(四)	14:00-15:30	副食品添加與哺乳並行
山上區	115年11月12日(四)	14:00-15:30	全家一起來：哺乳支持與溝通
山上區	115年12月04日(四)	14:00-15:30	溫柔離乳與年度經驗分享
大內衛生所承辦人胡詠涵小姐連絡電話06-5761044分機207 活動地點：線上視訊			
地點	日期	時間	題目
大內區	115年1月14日(三)	14:00-15:30	第一次就能餵得好！新手媽媽最需要的哺乳起手式
大內區	115年2月3日(二)	14:00-15:30	寶寶一吸就成功！破解含乳卡關的黃金技巧

大內區	115年3月4日(三)	14:00-15:30	把家人變成母乳神隊友！打造全家的支持力量
大內區	115年4月1日(三)	14:00-15:30	奶量不再忽上忽下！媽媽大推的穩定奶量密技
大內區	115年5月6日(三)	14:00-15:30	擠奶要省力不痛苦！最實用的擠乳舒適攻略
大內區	115年6月3日(三)	14:00-15:30	母乳是寶寶的超級防護罩！提升免疫力的祕密
大內區	115年7月1日(三)	14:00-15:30	哺乳也能很輕鬆！媽媽的時間管理與育兒節奏術
大內區	115年8月5日(三)	14:00-15:30	掌握黃金1000天！母乳給寶寶最強的開端
大內區	115年9月2日(三)	14:00-15:30	哺乳不再焦慮！科學育兒讓寶寶好帶又安心
大內區	115年10月7日(三)	14:00-15:30	讓餵奶變成享受！媽咪的身心靈療癒哺乳時光
大內區	115年11月4日(三)	14:00-15:30	一口母乳一份愛！強化親子連結的美好時刻
大內區	115年12月2日(三)	14:00-15:30	邊玩邊學最有趣！親子互動式的母乳育兒派對

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

地點	日期	時間	題目
南化區	115年1月7日(三)線上	14:00-15:30	打造神隊友：全家如何支持哺乳與育兒
南化區	115年2月4日(三)	14:00-15:30	如何為自己提早做好哺餵母乳
南化區	115年3月11日(三)線上	14:00-15:30	哺乳時安全的睡眠環境
南化區	115年4月1日(三)	14:00-15:30	哺餵母乳的幸福感
南化區	115年5月6日(三)線上	14:00-15:30	做個優雅的哺乳媽媽～帶寶寶旅行注意事項
南化區	115年6月3日(三)	14:00-15:30	「第一口的幸福：母乳寶寶副食品添加秘訣」
南化區	115年7月8日(三)線上	14:00-15:30	上班族媽媽繼續餵母乳有撇步
南化區	115年8月5日(三)	14:00-15:30	母乳寶寶好好睡
南化區	115年9月9日(三)線上	14:00-15:30	順利哺乳遠離產後憂鬱症
南化區	115年10月14日(三)	14:00-15:30	母乳滋養～從親子同室到親子共讀
南化區	115年11月4日(三)線上	14:00-15:30	哺乳輕鬆行
南化區	115年12月2日(三)	14:00-15:30	母乳寶寶的成長密碼～談談母乳嬰幼兒發展

北門區衛生所 承辦人廖護理師 連絡電話06-786-2043分機103

活動地點：北門區(視訊)

地點	日期	時間	題目
北門區	115年1月13日(二)	09:00-10:30	親餵瓶餵都是好餵
北門區	115年2月10日(二)	09:00-10:30	上班族媽媽繼續餵母乳有撇步
北門區	115年3月10日(二)	09:00-10:30	母乳滋養-從親子同室到親子共讀
北門區	115年4月14日(二)	09:00-10:30	哺乳媽媽身心放鬆
北門區	115年5月12日(二)	09:00-10:30	我該選擇親餵還是瓶餵
北門區	115年6月9日(二)	09:00-10:30	新手爸媽與哺乳
北門區	115年7月14日(二)	09:00-10:30	脹奶、塞奶、石頭奶怎麼辦?
北門區	115年8月11日(二)	09:00-10:30	職場哺乳小撇步
北門區	115年9月8日(二)	09:00-10:30	哺乳媽媽及嬰兒作息/安撫技巧

北門區	115年10月13日(二)	09:00-10:30	新生兒黃疸與哺乳
北門區	115年11月17日(二)	09:00-10:30	母乳寶寶成長密碼-談談嬰幼兒發展
北門區	115年12月8日(二)	09:00-10:30	哺乳時安全睡眠環境

楠西區衛生所 承辦人謝小姐 連絡電話06-5751006分機103

活動地點：楠西區衛生所會議室

地點	日期	時間	題目
楠西區	115年01月08日(四)	14:00-15:30	為何選擇哺餵母乳？乳哺餵的好處一次懂
楠西區	115年02月12日(四)	14:00-15:30	打造母乳神隊友-全家一起支持哺乳與育兒
楠西區	115年03月12日(四)	14:00-15:30	哺乳媽媽常見乳房問題與照護處理
楠西區	115年04月09日(四)	14:00-15:30	外出也能輕鬆親餵-行動哺乳好方便
楠西區	115年05月07日(四)	14:00-15:30	母乳哺餵與嬰兒安撫實用技巧
楠西區	115年06月11日(四)	14:00-15:30	寶貝打疫苗後-哺乳媽媽母乳哺餵的注意事項
楠西區	115年07月09日(四)	14:00-15:30	洗澡不再像打仗-母乳寶寶的新生兒沐浴與親餵時光
楠西區	115年08月06日(四)	14:00-15:30	母乳寶寶副食品分享-營養均衡怎麼吃
楠西區	115年09月10日(四)	14:00-15:30	外出哺乳與各式背巾運用-讓母乳媽媽更輕鬆
楠西區	115年10月08日(四)	14:00-15:30	嬰幼兒睡眠型態-與母乳寶寶一夜好眠祕訣
楠西區	115年11月12日(四)	14:00-15:30	愛的撫觸-親子按摩運用在母乳寶寶身上
楠西區	115年12月10日(四)	14:00-15:30	母乳滋養身心-親子陪伴共讀好時光

左鎮區衛生所 承辦人楊小姐 連絡電話06-5731114分機101

活動方式：line群組視訊

地點	日期	時間	題目
左鎮區	115年1月13日(二)	09:30-11:00	從懷孕就開始準備的哺乳生活：心理與生活調整
左鎮區	115年2月10日(二)	09:30-11:00	第一次抱緊緊：建立親子連結的親餵經驗
左鎮區	115年3月10日(二)	09:30-11:00	奶水怎麼來？破解常見迷思與錯誤訊息
左鎮區	115年4月14日(二)	09:30-11:00	當哺乳不順時：身體不適與因應方法
左鎮區	115年5月12日(二)	09:30-11:00	媽媽的雙手最厲害：生活化手擠奶教學
左鎮區	115年6月9日(二)	09:30-11:00	母乳帶著走：居家、外出與返診情境分享
左鎮區	115年7月14日(二)	09:30-11:00	白天顧小孩、晚上顧自己：作息與休息安排
左鎮區	115年8月11日(二)	09:30-11:00	寶寶在說話：用哺乳讀懂嬰兒需求
左鎮區	115年9月8日(二)	09:30-11:00	哺乳路上的低潮期：情緒支持與陪伴
左鎮區	115年10月13日(二)	09:30-11:00	吃副食品後，母乳怎麼調整才安心
左鎮區	115年11月10日(二)	09:30-11:00	家人怎麼幫才是真的幫？家庭支持再對話
左鎮區	115年12月8日(二)	09:30-11:00	回顧這一年的哺乳旅程：分享、肯定與祝福

龍崎區衛生所 承辦人林小姐 連絡電話06-5941397分機207

活動地點：線上方式

地點	日期	時間	題目
----	----	----	----

龍崎區	115年1月29日(四)	15:00~16:30	從生產到哺乳：產前該先準備的關鍵
龍崎區	115年2月12日(四)	15:00~16:30	母乳哺餵的好處、限制與常見誤解
龍崎區	115年3月12日(四)	15:00~16:30	親餵、瓶餵如何搭配
龍崎區	115年4月16日(四)	15:00~16:30	哺乳期間，乳房不適狀況的判斷與處理原則
龍崎區	115年5月7日(四)	15:00~16:30	如何培養哺乳媽媽的神隊友
龍崎區	115年6月11日(四)	15:00~16:30	手擠乳的好，誰用誰知道
龍崎區	115年7月9日(四)	15:00~16:30	哺乳媽媽與寶寶的用藥安全
龍崎區	115年8月13日(四)	15:00~16:30	母乳寶寶成長期變化
龍崎區	115年9月10日(四)	15:00~16:30	哺乳輕鬆行~你不能不知道的育兒好物
龍崎區	115年10月8日(四)	15:00~16:30	母乳寶寶如何添加副食品?副食品基本原則與常見疑問
龍崎區	115年11月12日(四)	15:00~16:30	母乳寶寶的睡眠安排與調整方向
龍崎區	115年12月10日(四)	15:00~16:30	哺乳與離乳：一段雙向成長的旅程

環馨婦幼醫院 承辦人：黃護理長 連絡電話06-3023366分機213

活動地點：永康區東橋七路198號 B1

地點	日期	時間	題目
永康區	115年1月17日(六)	10:30-12:00	1. 嬰幼兒居家安全 2. 母乳哺育經驗分享交流
永康區	115年2月12日(四)	10:30-12:00	1. 寶寶乖乖-媽咪笑嗨 2. 母乳哺育經驗分享交流
永康區	115年3月19日(四)	10:30-12:00	1. 職場哺乳 2. 母乳哺育經驗分享交流
永康區	115年4月16日(四)	10:30-12:00	1. 媽咪輕鬆哺乳EASY餵 2. 母乳哺育經驗分享交流
永康區	115年5月14日(四)	10:30-12:00	1. 維持泌乳技巧 2. 母乳哺育經驗分享交流
永康區	115年6月18日(四)	10:30-12:00	1. 我該選親餵還是瓶餵 2. 母乳哺育經驗分享交流
永康區	115年7月16日(四)	10:30-12:00	1. 寶寶安撫技巧 2. 母乳哺育經驗分享交流
永康區	115年8月20日(四)	10:30-12:00	1. 生產及待產注意事項 2. 母乳哺育經驗分享交流
永康區	115年9月17日(四)	10:30-12:00	1. 母嬰~第一次接觸 2. 母乳哺育經驗分享交流
永康區	115年10月22日(四)	10:30-12:00	1. 親子共讀 2. 母乳哺育經驗分享交流
永康區	115年11月19日(四)	10:30-12:00	1. 哺乳期紓壓 2. 母乳哺育經驗分享交流
永康區	115年12月10日(四)	10:30-12:00	1. 哺餵母乳常見問題 2. 母乳哺育經驗分享交流

東區母乳哺育支持團體 承辦人：社團法人台灣母乳協會 黃小姐

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>

地點	日期	時間	題目
東區	115年1月10日(六)	10:00-11:30	哺乳姿勢與含乳調整
東區	115年2月14日(六)	10:00-11:30	持續哺乳與副食品銜接

東區	115年3月14日(六)	10:00-11:30	母乳哺餵常見問題的預防與處理
東區	115年4月11日(六)	10:00-11:30	母乳寶寶的作息
東區	115年5月9日(六)	10:00-11:30	哺乳與伴侶合作
東區	115年6月13日(六)	10:00-11:30	多寶哺育與離乳時機
東區	115年7月11日(六)	10:00-11:30	哺乳媽媽上班去
東區	115年8月8日(六)	10:00-11:30	母乳寶寶出門趣
東區	115年9月12日(六)	10:00-11:30	生產與哺乳準備
東區	115年10月3日(六)	10:00-11:30	把握關鍵百日，哺乳更順利
東區	115年11月14日(六)	10:00-11:30	親餵瓶餵怎麼餵
東區	115年12月5日(六)	10:00-11:30	哺乳媽咪的飲食與情緒

新樓醫院 承辦人蕭小姐 連絡電話06-2748316分機4257

活動地點：東區東門路一段57號

地點	日期	時間	題目
東區	115年1月24日(六)	14:00-15:30	哺餵母乳對母嬰的好處
東區	115年2月23日(一)	14:00-15:30	手擠奶方法及保存
東區	115年3月25日(三)	10:00-11:30	職場媽媽的哺乳
東區	115年4月25日(六)	14:00-15:30	產前如何準備母乳哺餵
東區	115年5月25日(一)	14:00-15:30	產後即刻肌膚接觸對哺餵母乳的重要性
東區	115年6月24日(三)	10:00-11:30	哺乳期用藥與安全注意事項
東區	115年7月25日(六)	14:00-15:30	哺餵母乳常見問題與處理
東區	115年8月17日(一)	14:00-15:30	正確的哺乳姿勢與含乳技巧
東區	115年9月23日(三)	10:00-11:30	初生寶寶的黃疸與哺乳
東區	115年10月24日(六)	14:00-15:30	親子同室對母乳哺餵的好處
東區	115年11月23日(一)	14:00-15:30	如何判斷寶寶是否有喝到奶水？
東區	115年12月23日(三)	10:00-11:30	哺乳期生病，可以餵母乳嗎？

陳澤彥婦產科醫院 承辦人：萬衛教師 連絡電話06-3505000分機1177

活動地點：婁美產後護理之家1樓多功能教室(台南市北區文成一路208號)

地點	日期	時間	題目
北區	115年1月17日(六)	14:00-15:00	母乳哺餵輕鬆坐月子
北區	115年2月7日(六)	14:00-15:00	離乳準備-嬰幼兒主導餵食
北區	115年3月7日(六)	14:00-15:00	如何促進乳汁分泌(ㄅㄩ、ㄅㄩ、滴)
北區	115年4月11日(六)	14:00-15:00	安睡寶寶：母乳餵養與寶寶睡過夜
北區	115年5月2日(六)	14:00-15:00	哺乳期的乳房疑難雜症
北區	115年6月6日(六)	14:00-15:00	親餵與瓶餵，都機咧咖賀？
北區	115年7月11日(六)	14:00-15:00	孕期母乳哺餵早準備
北區	115年8月1日(六)	14:00-15:00	母乳媽媽睡得好，寶寶頭好壯壯！
北區	115年9月5日(六)	14:00-15:00	母乳帶著上班去-手擠乳與集乳

北區	115年10月3日(六)	14:00-15:00	外出哺乳趣-Buffer帶著走
北區	115年11月7日(六)	14:00-15:00	哺乳真好!疑惑澄清
北區	115年12月5日(六)	14:00-15:00	哺乳媽媽好輕鬆