

妊娠おめでとうございます。妊娠と知ったとき、嬉しいのはもちろんのこと、戸惑いや不安な気持ち、責任の大きさを実感されたのではないのでしょうか。妊娠による身体の変化や過ごし方、出産・育児について一緒に学びを深めませんか？

両親学級

妊婦さんはもちろん、パパになる方も、生まれてくる赤ちゃんのためにぜひご参加ください

内容：助産師講話と沐浴体験

日程：R8 6月6日（土） 9月5日（土）
12月5日（土） R9 3月6日（土）

時間：9：30～11：30

持ち物：母子健康手帳、

父子手帳（妊娠届時にお渡ししたもの）

- *対象となる週数の方に個別で通知します。日程が合わず、次回の参加を希望される方はご連絡ください
- *助産師・保健師への質問もできます
- *利用者支援員が保育園や幼稚園の相談に応じます



【参加費】 無料

【会場】 保健福祉センター（壬生甲3843-1）

ママとベビーの

おしゃべりカフェ



妊婦さんと産後4か月までのママさんのカフェです。
お茶を飲みながらのんびりゆっくりと過ごしませんか？

内容：ハンドマッサージとおしゃべり

日程：R8 5月29日（金）・7月24日（金）
9月11日（金）・11月13日（金）
R9 1月29日（金）・3月12日（金）

時間：10：00～11：30

持ち物：母子健康手帳

- *ママ同士の情報交換や助産師への質問もできます
- *利用者支援員に保育園や幼稚園の利用の手続きや内容など、ご相談ができます
- *託児があるため、兄妹の参加も可能です
- *予約制となります

お申込み用QRコード

