

少人数でアットホーム

ふれパパママ教室

パパさんのご参加大歓迎！！
♡ 小さなお子様連れ可 ♡

- 対象 町内在住の妊婦さんとパートナー
- 定員 12人（先着順、定員になり次第締め切り）
- 場所 保健福祉センター（2000 年会館）1階集団検診室
- 時間 9:30～11:30

妊婦さん1人でも
参加OKです！！

A 沐浴体験&妊婦体験しよう！

- ◇パパさんが妊婦さんに変身！
- ◇赤ちゃんをお風呂に入れてみよう
- ◇家事・育児分担を考えよう 他

4/17 (木)	7/5 (土)
10/9 (木)	【R8】1/17 (土)



B 助産師が話す安産のポイントとは

- ◇分娩の経過と呼吸法
- ◇安産の秘訣とは
- ◇妊娠中によいお食事の話 他



5/15 (木)	8/7 (木)
11/6 (木)	【R8】2/12 (木)



C 産前に聞いてほしい「産後」のお話

初産婦さん
おすすめ

- ◇授乳や産後の生活のこと
- ◇赤ちゃんの発達について
- ◇育児体験 他

6/19 (木)	9/4 (木)
12/11 (木)	【R8】3/5 (木)



- 持ち物 親子健康手帳（母子健康手帳）・筆記用具
- 申込み 要予約 ☎ 0745-43-5034

上牧町 こども未来課

