

~妊産婦のみなさんの産前・産後をサポートします~

マタニティ教室 のお知らせ

かわいい赤ちゃんの誕生を心待ちにしていることと思います。

妊娠中の生活を快適に過ごし、よいお産を迎えられますよう、ぜひご参加ください。 (妊婦さんのみの参加、夫婦での参加、どちらも大歓迎です。お気軽にお声がけくださいね。)

🗘 日にち

R6.8月~12月出産予定の方

♣ 5月25日(土)

R7.2 月~6 月出産予定の方

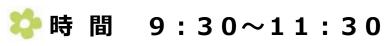
☆11月23日(土)

R6.11月~R7.3月出産予定の方

🕵 8月24日 (土)

R7.5月~9月出産予定の方

🝑 2月22日 (土)









☆ ママには ☆

- ◇個別健康相談~助産師・保健師とお話~
- ◇すこやかなお産のために~助産師さんより~ 妊婦体操、骨盤ケア、さらしの巻き方
- ◇食事のお話〜栄養士より〜
- ◇パパと一緒に聞いてほしいこと~保健師より~

※ 参加してくれた方にプレゼント ※

- ♦
- ◇支援センターを卒業した子たちからのおさがりがあります。 (洋服、育児用品など)

* パパには *

- ◇沐浴体験
- ◇妊婦体験
- ◇ママと一緒に聞いてほしいこと~保健師より~

* ママとパパに *

- ◇きつねのぼたんによる読み聞かせ
 - ~心がほっこり。出産・子育てについて考える~
- ◇子育て支援センター、子育てがっこうのご紹介
- ◇この機会に、一緒に参加した方々とママ友、パパ友になれると嬉しいですね。

○連絡先○ 役場 健康福祉課 保健師 Tel: 29-5624 (直通)