

R5 マタニティ教室 ♡ たまごっこたいむ



妊婦体験を してみませんか？

両クラスで体験できます。
ママの気持ちが分かって、
家族の絆がいっそう深まるはず！



赤ちゃんを お風呂に入れる練習を してみよう！

『お風呂って、どうやって
入れたらいいの？』
そんなお悩みも沐浴体験で、
解決することができます！！
ぜひ体験してみませんか？



ママの体と心の変化を、 パパや家族に知ってもらおう！

家族みんなでママを支え、
赤ちゃんを迎える準備ができる！
話を聞いてどんな感じかを具体的に
イメージしてみよう♪



助産師のコメント



産前から家族で
「共力」して
育児ができるよう
サポートします！

参加者のコメント

産後について
具体的に
イメージする
ことができた

(妊婦体験をし
てみて)
前かがみにな
ったり、足元
を見るのが
大変だった

詳しくは裏面へ

	内容	持ち物
すくすくクラス	<p>～おっぱいとお産のはなし～</p> <ul style="list-style-type: none"> ●妊娠中に必要な栄養って？ ●母乳育児のポイントは？ ●お産の流れをイメージしてみよう！ ●参加家族の妊婦体験 	<ul style="list-style-type: none"> ・母子健康手帳 ・バスタオル1枚 <p>授乳クッションをお持ちの方はご持参ください</p> <p>ご家族さんの参加お待ちしておりますので、ぜひ妊婦体験を！</p> 
わくわくクラス	<p>～お風呂の入れ方～</p> <ul style="list-style-type: none"> ●赤ちゃんのお風呂はどう入れる？（沐浴実習） ●産前産後のからだやキモチ ●あやし方、抱っこの仕方のポイント☆ 	<ul style="list-style-type: none"> ・母子健康手帳 ・バスタオル1枚 ・動きやすく濡れてもいい服装 <p>赤ちゃんとの生活ってどんな感じかな？</p> 

教室	開催日（曜日）	時間	申し込み期日
すくすくクラス	6月2日（金）	13:30～15:30 (受付時間 13:15～)	開催日の1週間前
	9月1日（金）		
	2月2日（金）		
わくわくクラス	6月17日（土）	10:00～12:00 (受付時間 9:45～)	
	9月16日（土）		
	2月17日（土）		

※開始時間の5分前までにはお越しください。

～感染対策について～

換気・使用物品の消毒・職員の感染対策（マスク、手袋等の着用）を実施しています。

要予約

申し込み方法：電話で受付します。 定員 5組（先着順）

申し込み先：ほけん福祉課（すこやかセンター伊野内） **893-3811**

対象：妊婦さんとその家族

参加目安「すくすくクラス」「わくわくクラス」どちらかだけの受講でも OK です。両方受講される場合は、どちらを先に受けていただいても構いません。

参加費：無料

※自宅で体温測定をして来所してください。
37.5度以上ある場合は参加をお控えください。

会場：子育て支援センター（ぐりぐらひろば）

