

# 令和6年度パパママスクール

ご妊娠、ご出産おめでとうございます。  
妊娠出産の不安を少しでも和らげ、赤ちゃんを迎える準備をはじめましょう。  
また、赤ちゃんとの生活を安心して楽しくできるようサポートします。  
ささやかですが、育児に役立つお土産をご用意しています。

## 【対象】 妊婦さん産婦さんとそのご家族

(パートナー、祖父母になられる方も含みます。)

1回だけの参加、おひとり、お子さんとの参加もお気軽にお申込みください。

## 【定員】 各6組程度 ※定員になり次第締め切りとさせていただきます。

※事前予約(開催3日前まで)が必要です。

【申込み・問い合わせ先】保健医療課 保健予防係

電話: **59-2140**

【場所】 にじいろこども園(2階 研修室・調理室) 大竹市小方1丁目11番1号

【時間】 10:00~12:00

【準備物(全回共通)】 親子(母子)健康手帳、父子手帳、筆記用具、飲み物

## 【講座内容と日程】

### ① やってみよう! プレママ・プレパパ教室

妊婦さん対象です

赤ちゃんのお風呂の入れ方やおむつ交換等を保健師と一緒に楽しくやってみませんか♪  
パパ同士・ママ同士のおしゃべりでリフレッシュ!!!



【5月23日(木) 9月19日(木) 12月5日(木) 1月9日(木)】

### ② 夫婦2人で出産・育児を!

妊婦さん対象です

出産に向けての準備・パパの役割・妊婦さんのラクな姿勢など、現役助産師さん  
ならではの視点でお話が盛りだくさんです♪



【6月9日(日) 10月20日(日) 2月16日(日)】

### ③ 産後も夫婦がベストパートナーであるために

妊婦さん産婦さん対象です

これから一緒に子育てをする上で、大切なことってなんでしょう?  
母乳育児のお話、男性と女性の脳の違い等も含め、分かりやすくお話しします。♪



【7月21日(日) 11月10日(日) 3月9日(日)】

赤ちゃんのお世話に関するDVD「はじめての赤ちゃんのこと」の貸出を、随時おこなっています。