

パパママ教室のおしらせ



妊娠おめでとうございます！！

赤ちゃんを家族にむかえる準備をしながら、新しい生活を楽しみと思うと同時に、心配や不安をいただいていませんか。

パパママ教室では、これからの妊娠、出産、子育てに役立つ情報をお伝えします。

令和 **8** 年 **9** 月 **13** 日（**日**） **13:30~15:30**

受付時間 13:15~13:25

対象 妊婦さんとその家族

持参物 母子健康手帳・筆記用具・飲み物
妊婦さんと家族のためのガイドブック

会場 北広島町まちづくりセンター ※会場地図裏面

要予約

裏面のQRコードまたは
こども家庭課へご連絡ください

●赤ちゃんとの生活 <保健師>

赤ちゃんが生まれたらどんな生活リズムになるのでしょうか。

赤ちゃんパパママの1日の生活をイメージしてみましょう。



●赤ちゃんのお世話体験 <助産師>

赤ちゃん人形を使って抱っこやオムツ交換、お着換えなど体験します。

実践的な技術を身に付け、笑顔で赤ちゃんを迎える準備を一緒に進めましょう。



●妊娠中から意識したい食事 <管理栄養士>

貧血や便秘などの妊娠中のお悩みに管理栄養士が個別に相談をお受けします。

●お口の中をのぞいてみよう！ <歯科衛生士>

顕微鏡を使って、普段は見えないお口の中の世界を観察することで
お口の健康や毎日の歯みがきの大切さを楽しく学べます。



参加された方へプレゼント！（妊婦さん1人にいずれか1つ）



赤ちゃんの
沐浴に便利♪



スキンケア用品
お試しセット

周辺地図



予約方法

LINE からお申込みまたは、こども家庭課へご連絡ください

北広島町公式

LINE



@kitahiroshima_town

基本メニュー

予約・申請

知る・はじめる



北広島町公式
ホームページ



広報きたひろしま



空き家バンク



子育て



議会中継



11th 番組表



公共交通



公共施設電話機



チャットボット



配信設定

友だちになってね♪



パパママ教室の参加申込は LINE から ▶▶



お問い合わせ

北広島町役場 こども家庭課 子育て支援係

電話：0826-72-7350

メール：kosodate@town.kitahiroshima.lg.jp