

令和8年度中井町 母親父親教室



コース	A	B	C	D	E	F(産後)
対象	妊婦さんとその配偶者(パートナー)					生後2か月～はいはい前までのお子さんとお母さん・お父さん
内容	赤ちゃんの抱っこ おむつ交換 ミルク作りの練習 胎児の成長 町の事業について	お母さんと赤ちゃんの 大切な歯・栄養	妊婦体操・おなかの 赤ちゃんと一緒に パステルアート体験	知って得する お産のこと 母乳のこと	赤ちゃんのお風呂 産後の心とからだの変化 家族計画 妊婦疑似体験 (パートナー対象)	簡単ベビーマッサージ ホームケアについて
時間 (受付)	13:30～15:30 (13:15～13:30)	9:30～11:30 (9:15～9:30)			13:30～15:30 (13:15～13:30)	9:30～11:30 (9:15～9:30)
会場	保健福祉センター3階	保健福祉センター3階	子育て支援センター2階	保健福祉センター3階	保健福祉センター3階	保健福祉センター3階
日程	5/24(日)	5/12(火)	5/19(火)	7/28(火)	7/7(火)	5/24(日)
	9/27(日)	9/8(火)	9/15(火)	11/10(火)	11/17(火)	9/27(日)
	R9/1/31(日)	R9/1/19(火)	R9/1/26(火)	R9/3/9(火)	R9/3/30(火)	R9/1/31(日)
持ち物	母子健康手帳・筆記用具・テキスト					母子健康手帳・筆記用具 バスタオル・防水シート オムツ・着替え ビニール袋・ミルク
		エプロン	※運動のできる服装 でお越しください		エプロン 手拭きタオル	

託児 B・C・D・E のみ

上のお子さんを連れて参加を希望される方はお申し込み時にお知らせ下さい。

参加費 無料

お申込先 中井町健康課 健康づくり班 保健師・助産師まで

☎ 0465-81-5546