

# 令和7年度 妊婦教室 年間予定

新しい命を授かり、不安と期待でいっぱいのママたちへ☆

こども家庭センターの妊婦教室は、町内の妊婦さん、先輩ママや赤ちゃんと出会える場です♪

初めてのお産の方、お産を経験した方、それぞれのもっと知りたい！！ことについて気軽に話ししてみませんか？ ご参加お待ちしております。



| 日 程                                                 | 場 所                                                                                                            | 内 容                                                                                                                                                           | 講 師                                   | 持 参 品                                    |
|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------------|
| 6月13日（金）<br>10月7日（火）<br>3月3日（火）<br>いずれも<br>10時～12時頃 | 子育て支援センター<br>HappyHouse<br> | <b>【新米ママのつどい】</b><br>○ヨガでこころとからだをほぐして<br>リラックス<br>○お産ってどんなかんじ？<br>先輩ママさんと語り合おう☆<br>○HappyHouse ってどんなところ？<br>○つどいの広場ってどんなところ？<br>○お口の健康について<br>○助産師・保健師による健康相談 | 助産師<br>HappyHouse スタッフ<br>つどいの広場 スタッフ | 母子健康手帳<br>バスタオル（乳児<br>さんの身体計測に<br>使用します） |

※日程や内容は変更の可能性がありますのでご了承ください。

