



令和4年度 ママパパ教室のご案内



ご夫婦での
参加をお待ち
しています。

妊娠おめでとうございます。町では、2コースのママパパ教室を実施しております。

色々話したい、ママ友を作りたい、妊娠中の生活に不安がある、栄養士・助産師・保健師に話を聞いてみたいと思っている方、ぜひご参加ください。

参加ご希望の方は、健康子育て課までお申し込みください。

* ① 快適に過ごそうマタニティライフ *

開催日	申込締切
令和4年 5月 18日 (水)	5月 11日 (水)
令和4年 9月 14日 (水)	9月 7日 (水)
令和5年 1月 18日 (水)	1月 11日 (水)

～コース1～

【内容】

- ☆ 妊娠中の食事について
- ☆ 妊娠中の生活について
- ☆ パパの妊婦体験

【担当】

- 🌿 管理栄養士
- 🌿 保健師



～コース2～

【内容】

- ☆ 母乳育児について
- ☆ 赤ちゃんのお風呂体験

【担当】

- 🌿 助産師
- 🌿 保健師



* ② 産後をイメージ! 授乳 & 赤ちゃんのお風呂 *

開催日	申込締切
令和4年 6月 22日 (水)	6月 15日 (水)
令和4年 10月 19日 (水)	10月 12日 (水)
令和5年 2月 16日 (木)	2月 9日 (木)

- ★ 会場 生きがい交流館
- ★ 受付 午後1時15分～1時30分
- ★ 時間 午後1時30分～3時30分
- ★ 持ち物
 - ｺｰｽ1 母子健康手帳、筆記用具
 - ｺｰｽ2 母子健康手帳、筆記用具、
ママパ°学級テキスト(教室参加時にお渡しします)



※動きやすい服装でお越しください

【申し込み・問い合わせ】

川西町役場
健康子育て課

☎ 0238 - 42 - 6640
(保健師)