

もうすぐママ・パパ教室

～妊婦さんとパパのための両親学級～

要予約
毎日OK

安心して出産・育児が迎えられるよう、もうすぐママ・パパになれる皆さんを対象に、両親学級を行っています。主な内容は下記のとおりです。育児体験を通して、赤ちゃんに会える日を心待ちにしませんか？お友達も誘って、気軽に遊びに来てくださいね！

【ティータイム】



【相談・懇談・おしゃべり】



【見学・体験】

- ・赤ちゃん人形を使って、衣服の着脱や沐浴の練習
- ・妊婦ジャケットを使って、パパの妊婦体験
- ・調乳
- ・おむつ交換



【子育て支援センター つくしんぼの会の紹介】



OMUSUBI

【絵本・玩具・衣服の紹介】



他にもビフォー・アフター☆ママサポートをおこなっています！ 【まちかどネウボラ(県認定)】

・助産師による相談会 ※要予約 月1回(第1金曜日)

「お腹が苦しくて眠れない」
「ママになる自信がない」
「出産が怖くてちょっと不安」
妊娠中、出産後の不安や疑問、
子育て中の悩みや心配事について、
助産師に何でもご相談ください。

・栄養士による離乳食相談 ※要予約 月1回(第2金曜日)

「離乳食の作り方がよくわからない」
「離乳食を全然食べなくて」
「手軽な簡単レシピを教えて」
離乳食や偏食など、お子さんの
食事についての悩みを栄養士と
一緒に解決しましょう。

・ママ&マタニティヨガ ※要予約 年6回程度(火曜日)

頑張るママへのご褒美。
ヨガで心身ともにリフレッシュ
しませんか。
スタッフが託児しますので、
お子さん連れでも、ぜひどうぞ！

【対象】妊婦さんとそのご家族

【場所】勝山保育園 子育て支援センター つくしんぼの会

【開催時間】10:00～11:30 ※実施日についてはご希望をお伝えください

【申込方法】083-256-8058 (つくしんぼの会) までお電話ください