




# 令和6年度 両親教室(パパママ教室)のご案内

事前申込制



- ❖対象者❖
- ・白老町内にお住まいの妊婦さん・そのご家族
  - ・白老町内にお住まいで1歳未満のお子さんを育児中のパパママ（お子さんも一緒に参加できます）
  - ・白老町で里帰り出産予定の方

❖日にち・会場❖

日にち・時間	実施内容	実施場所	こんな場所♪	定員人数
6月24日(月) 10時~11時15分	お母さん編 	いきいき4♡6 (東町4-6-7)	赤ちゃんが生まれた後、 乳幼児健診で利用するセンターです♪	
9月2日(月) 10時30分~11時45分	赤ちゃん編 	すくすく3♡9 (日の出町3-9-17)	毎週月曜日は、赤ちゃん広場の日！ 妊婦さんも大歓迎です♪	
11月30日(土) 10時~11時15分	お母さん編 	いきいき4♡6 (東町4-6-7)	赤ちゃんが生まれた後、 乳幼児健診で利用するセンターです♪	
令和7年3月7日(金) 10時30分~11時45分	赤ちゃん編 	ナチュの森 (字虎杖浜393-12)	直営のスキンケアショップもあります！ その他の楽しい情報は、ナチュの森公式 サイトをご覧ください♪	

❖講師❖ (お母さん編) 藤本 智恵子助産師・乳房管理士 (赤ちゃん編) 長島 英津子助産師

- ❖内容❖
- ・お母さん編：おっぱいに関するお話・お産に関するお話など
  - ・赤ちゃん編：泡沫浴・スキンケア・赤ちゃんの1日や抱っこの仕方など

❖持ち物❖

- ・筆記用具 ・母子手帳 ・動きやすい服装 ・授乳中の方はケープなど

※ 事前申込み制です。参加ご希望の方は、各教室の前日までにお申込みください。

申込み・問合せ先  
白老町健康福祉課健康推進グループ  
TEL (0144) 82-5541

