

令和5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
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）、白老町での里帰り出産予定の方

❖日にち・会場❖（※新型コロナウイルス感染症の状況により、参加人数の制限や中止の場合があります）

日にち・時間	実施内容	実施場所	こんな場所♪	定員人数
7月6日（木） 10時～11時15分	お母さん編 	ミナパチセ （字社台 191-10）	イベント情報は 公式フェイスブック や インスタグラム で検索してみてください♪	4組 （お子さん含め 8名 まで）
9月25日（月） 13時15分～14時30分	赤ちゃん編 	すくすく3♡9和室 （日の出町 3-9-17）	毎週月曜日は、赤ちゃん広場の日です！ 妊婦さんも大歓迎♪その他の日も参加お待ちしております♪	4組 （お子さん含め 8名 まで）
11月18日（土） 10時～11時15分	お母さん編 	いきいき4♡6 乳児室 （東町 4-6-7）	母子手帳をお渡ししたり、赤ちゃんが生まれた後、乳幼児健診で利用するお部屋です♪	4組 （お子さん含め 8名 まで）
令和6年 3月8日（金） 10時30分～11時45分	赤ちゃん編 	ナチュラルサイエンス 2階多目的室 （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 で検索してみてください♪	7組 （お子さん含め 14名 まで）

❖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

❖持ち物等❖

- ・筆記用具 ・母子手帳 ・動きやすい服装 ・マスク着用でお越しください。

※ 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。

参加者プレゼントも
あります♪

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

