



ようこそ♡あかちゃん教室



あたらしい家族を迎えるにあたり、夫婦お互いが協力し合い、思いやりをもって楽しく子育てができるように、また一人でも多くの育児の仲間を作るためにお手伝いをする教室です。ぜひご参加ください。

☆対象者 : 妊婦とその家族、子育て中のお父さんお母さん、おじいちゃん、おばあちゃんもぜひお出かけください。
妊婦さん一人の参加もOKです。 託児もあります。

☆募集人員 : 保健相談センター実施時 10組前後
地域子育て支援センターひまわり実施時 5組まで
(毎回市報で募集をします。)
予約制です。下記番号までご連絡ください。

☆持ち物 : 母子健康手帳、動きやすい服装、水分
☆受付 : 9:45～ 10:00
☆実施 : 10:00～11:30



<日程 及び 内容、実施場所>

日 程	内 容	実 施 場 所
R5年 5月21日(日)	◇マタニティストレッチ◇ 妊娠中のマイナートラブル解消!	保健相談センター
R5年 7月15日(土)	◇赤ちゃんのお風呂◇～沐浴デモンストレーション～ ◇妊婦体験◇ ◇絵本の読み聞かせ◇ ～お腹の赤ちゃんに語りかける絵本のコミュニケーション～	地域子育て支援センターひまわり
R5年 9月16日(土)	◇妊婦から産婦へ～子育ての日々～◇ 体験:おむつ交換、ミルクづくり、お着替え ◇妊娠中・産後の食生活のお話◇ ◇地域子育て支援センターひまわり見学◇	地域子育て支援センターひまわり
R5年 11月19日(日)	◇マタニティストレッチ♪◇ 妊娠中のマイナートラブル解消!	保健相談センター
R6年 1月27日(土)	◇赤ちゃんのお風呂◇～沐浴デモンストレーション～ ◇妊婦体験◇ ◇絵本の読み聞かせ◇ ～お腹の赤ちゃんに語りかける絵本のコミュニケーション～	地域子育て支援センターひまわり
R6年 3月9日(土)	◇妊婦から産婦へ～子育ての日々～◇ 体験:おむつ交換、ミルクづくり、抱っこ ◇妊娠中・産後の食生活のお話◇ ◇地域子育て支援センターひまわり見学◇	地域子育て支援センターひまわり

☆人数に応じて急遽内容を変更する場合があります。参加のご希望が定員を越す場合、妊産婦相談(偶数月に実施しています)時に個別での実施も可能ですので、ぜひお電話でお問い合わせください。

お問い合わせ・予約先: 境港市健康づくり推進課 (Tel. 47-1042)

