



令和 8 年 度  
**両 親 学 級 ~ お や 親 タ マ ゴ ~**



赤ちゃんのお世話ってどうするの？妊娠中に注意することはあるのかな？

これからパパ・ママになる方の教室です。ぜひ、ご参加ください。

妊婦さんのみのご参加もお待ちしています♪

月に2回実施しますがどちらも同じ内容になります。

ご都合に合わせて、ご参加下さい。

随時、ご予約を受け付けていますのでお電話下さい。

- 【内容】
- 赤ちゃんの抱っこ
  - 赤ちゃんのオムツ替え方法
  - 赤ちゃんのお風呂の入れ方
  - 赤ちゃんのお着替え
  - 妊婦体験
  - 妊娠中の栄養
  - お産の流れと呼吸法
  - 赤ちゃんが生まれてからの生活



- 【持ち物】
- 母子健康手帳
  - 母子健康手帳の副読本（母子健康手帳交付時）
  - 筆記用具
  - 飲み物

【日程】会場：本庄市保健センター 2階

	9時30分～11時30分	13時30分～15時30分
4月	7日（火）	8日（水）
5月	12日（火）	13日（水）
6月	2日（火）	3日（水）
7月	7日（火）	8日（水）
8月	4日（火）	5日（水）
9月	1日（火）	2日（水）
10月	6日（火）	7日（水）
11月	10日（火）	4日（水）
12月	1日（火）	2日（水）
1月	12日（火）	13日（水）
2月	2日（火）	3日（水）
3月	2日（火）	3日（水）

こども家庭センター 母子保健係 ☎ 0495-71-4502