

# パパママ教室のお知らせ



小さな命の芽生え、おめでとうございます。

赤ちゃんとの対面を楽しみにしてみえることと思います。

その一方で、体や心の変化に困惑したり、不安に思うこともあるのではないのでしょうか？

新しい命を大切に育てていくための一歩として、どうぞお気軽にご参加ください。

	日	時間	場所
ママ編 (パパの参加も大歓迎です)	令和5年 5月11日(木)	10:00~12:00	保健福祉会館
	令和5年 8月2日(水)		
	令和5年 11月1日(水)		
	令和6年 2月7日(水)		

	日	時間	場所
パパママ編	令和5年 5月28日(日)	10:00~12:00	保健福祉会館
	令和5年 8月20日(日)		
	令和5年 11月19日(日)		
	令和6年 2月25日(日)		

☆対象☆ 妊娠中の方およびその家族（お一人でのご参加も大歓迎です）

☆講師☆ 助産師 <sup>せいりき みよ</sup> 勢力 美代さん

☆内容☆

## ママ編

妊娠中の生活、お産の呼吸法、授乳指導、おっぱいの準備、助産師さんへの質問タイム etc.

## パパママ編

夫婦のパートナーシップ、赤ちゃんとの生活、沐浴指導、赤ちゃんの「泣き」について、玉城町の事業紹介、パパの妊婦体験（希望者） etc.



☆持ち物☆ 母子健康手帳

「ママ編」「パパママ編」  
どちらかだけの参加もOKです♪

- ・参加をご希望の方は、子育て支援係まで1週間前までにお申し込みください。
- ・新型コロナウイルスの感染拡大状況により、日程の変更や人数制限を行う場合がありますのでご了承ください。

～申込み・問い合わせ先～

玉城町役場 保健福祉課 地域共生室 子育て支援係

☎0596-58-8000