



赤ちゃんを迎えるために・・・

何かしたい人も！何をしたらいいかわからない人も！

無料!

パパママ

学級

昭和町では、お二人で参加できるよう、**土曜日**と**平日夜**に「パパママ学級」を行っています。子育ては妊娠中からスタートしています。お二人で、生まれてくるお子さんの子育てについて考える機会になります。そして、地域で子育てをしていくみなさんともお話をしてみませんか？ぜひ、お気軽にご参加ください。

	B コース
日 時	10月24日(金)、R8.3月6日(金) 午後 7 : 30 ~ 9 : 30 頃 (受付 7 : 15 ~)
内 容	● 妊婦体験、オムツ交換体験 ● 保健師の話『パパとママの役割って?』、『今から知ってク！子育て情報』 ● ちょっと交流タイム  妊婦体験で夫がより気を遣ってくれるようになった。オムツ交換もできてよかった。 プレパパ、プレママ同士のミニ交流はとても貴重だった。お互いに話せてよかった！
対 象 / 定 員	初めての 出産を控えた妊婦さんとその夫（パートナー） 先着 9組 まで (※第2子以降の妊娠で、ご参加の希望があればお電話でご相談ください)

※詳細は裏面をご覧ください



申込方法	しょうわ町予約システムサービス（オンライン）でご予約ください。 
申込期間	通知到着時 ～ 開催日3日前の17:00まで
場 所	総合会館 保健センター（1階）
持ち物	・母子健康手帳 ・必要な方は水分、ひざ掛け等 ・体温調整がしやすい服装等（感染症対策のため、適宜換気をいたします）
その他	・風邪の症状や体温が37.5℃以上ある、ご家族に体調不良の方がいる場合はご連絡ください。 ・講師等の都合により、受付時間が変更になる場合があります。その際は参加者に直接ご連絡いたします。 ・第2子以降の妊娠で参加する方は、お子さんの託児については、「昭和町ファミリーサポートしょうわ」（有料・要予約）などをご利用ください。 （昭和町総合会館内 ☎ 055-275-8115） ・妊娠や出産の知識について詳しく学びたい方は、平日（日中）に開催している「ようこそ赤ちゃん学級」（偶数月開催）の受講をご検討ください。パパの参加も大歓迎です。受講対象の方には通知しておりますので、そちらでご確認ください。対象者以外の方はいきいき健康課までお問い合わせください。

