

令
和
7
年
度

パ パ マ マ ス ク ー ル

妊娠おめでとうございます。下記のとおりパパママスクールを開催いたします。助産師の講話や、プレパパの妊婦体験を実施しています。ぜひ、ご参加ください。

✿ 日 程

日時	対象妊婦さんの出産予定日
令和7年 7月25日(金) 19:00~20:00	令和7年9月1日~令和7年12月31日
令和7年 11月28日(金) 19:00~20:00	令和8年1月1日~令和8年 4月30日
令和8年 3月13日(金) 19:00~20:00	令和8年5月1日~令和8年 8月31日

✿ 対象者：河北町在住のプレママ・プレパパで、上記日程の対象になっている方
 ※対象の方には郵送にてご案内しております。

✿ 会 場：河北町役場 101会議室

✿ 持ち物：母子健康手帳、筆記用具（必要な方）

✿ 内 容：①助産師の講話

出産にむけて、妊娠中・産後の心と体の変化についてお話しします。
 また、妊娠中の食事についてお話しします。

②産後の母子保健サービス・子育て支援のご紹介

産後ケア事業や赤ちゃん訪問などの産後の母子保健サービスや、
 妊娠中から知っておきたい子育て支援についてご紹介します。

③妊婦体験・沐浴体験、育児用品展示コーナー

プレパパに妊婦ジャケットを着てもらい、妊婦体験ができるコーナーや、
 沐浴セットなどの育児用品の展示コーナーを設けております。

✿ お願い：・受付時間は、18:30~19:00となっております。
 妊婦体験・沐浴体験をご希望の方は、18:30を目途にお越しください。

・予約制となっておりますので、
1週間前までに案内に記載されたQRコードよりお申し込みください。

<お問合せ>河北町こどもみらい課こども家庭センター ☎85-0399（平日 8:30~17:15）

