



# 平成30年度 妊娠中のあなたへ 教室のお知らせ



豊明市では、妊娠中の方とご家族向けに、教室を開催しています。  
安心して妊娠・出産・育児ができるよう、一緒に学んでみませんか。

予約制 <申込先>

豊明市役所 子育て支援課

おやこ健やか係 0562-85-3950

## ☆マタニティクラス☆

会場：豊明市保健センター スタッフ：助産師・保健師

パパやご家族の参加も  
お待ちしております！

### 「楽しくお風呂に入れてみよう編」 偶数月

内容：赤ちゃんのお世話の実践（抱き方、オムツ替え、お風呂の入れ方）  
母乳のはなし・DVD鑑賞

・時間：午前 10時00分～11時45分

・開催日：4/24（火）、6/30（土）、8/25（土）、10/23（火）、12/22（土）、2/23（土）



### 「赤ちゃんの特徴を知ろう編」 奇数月

内容：妊娠経過の振り返りと胎児の成長について  
赤ちゃんの特徴・子育てのポイント  
先輩ママと赤ちゃんとの交流会（希望者）

・時間：（マタニティクラス）午後 1時30分～2時30分  
（交流会） 午後 2時30分～3時00分

・開催日：5/25（金）、7/27（金）、9/21（金）、11/30（金）、1/25（金）、3/22（金）



## ★プレママ交流会★

会場：子育て支援センター すまいる（内山保育園内）

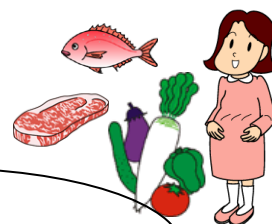
### 「おなかの赤ちゃんとママのための栄養編」 偶数月

スタッフ：管理栄養士・保育士

すこやかなプレママ生活をささえる食事について  
出産後の手続きは？・ふぁみさぼについて  
0歳児の赤ちゃんとの交流会

・時間：午後 1時30分～2時30分

・開催日：4/19（木）、6/21（木）、8/16（木）、10/18（木）、12/20（木）、2/21（木）



いざで簡単！！

だしの取り方を伝授

離乳食を作る時にも使えます！

### 「子育て情報編」 奇数月 スタッフ：保育士

子育て支援センターのスタッフから、安心して子育てができるよう、子育て情報をお伝えします。妊娠中に聞いておくと安心ですよ。0歳児の赤ちゃんとの交流会

・時間：午後 1時30分～2時30分

・開催日：5/17（木）、7/19（木）、9/20（木）、11/15（木）、1/17（木）、3/14（木）

