



【令和6年2月～】

小清水町

母親学級のご案内

妊娠おめでとうございます。赤ちゃんの誕生を心待ちにされていることと思います。また、一方で初めての妊娠・出産・育児などに対して不安や戸惑いを感じる時もあるのではないのでしょうか。

小清水町では妊婦さんを応援するため、母親学級・両親学級を開催しています。妊娠中の不安を和らげながら、健やかなマタニティライフを送りませんか。どうぞお気軽にご参加ください。

開催時間	開催日	内 容
母親学級 (12:50 ~ 15:30)	令和6年 6月27日 (木)	【マタニティライフ】 妊娠中の体の気かりやお腹の中の赤ちゃんのこと、出産にむけての準備など、座談会形式で参加者同士でお話しましょう。
	9月19日 (木)	【マタニティクッキング】 栄養士から、妊娠中や産後の食事についてのお話と試食があります。
母親学級 (12:50 ~ 15:30) *持ち物* 歯ブラシ	令和6年 7月18日 (木)	【妊娠中の歯の健康】 妊娠中の歯のケアや赤ちゃんの歯について、歯科衛生士からのお話があります。歯みがき実習もあります。
	11月20日 (水)	【アロマセラピー】 自然療法である“アロマセラピー”でリラックスしながら、妊娠中の過ごし方に癒しをプラスしませんか？
両親学級 (18:50 ~ 20:30)	令和6年 5月23日 (木)	【家族（父親）の育児参加 ～遊びをとおして～】 子育て支援センター保育士から、家族への遊びの紹介です。
	8月29日 (木)	【赤ちゃんのお風呂体験】【お父さんも妊婦になろう】 沐浴・着替え・おむつ交換の実習とお父さんは妊婦体験ジャケットで妊婦の模擬体験をします。記念に写真撮影もOKです。
	12月19日 (木)	
母親学級 (12:50 ~ 15:00)	令和6年 4月 4日 (木)	【小児科医講話】 小清水赤十字病院の小児科医 加古先生より、子どもの医療に関すること、赤ちゃんや育児の向き合い方についてお話をします。参加者同士の座談会形式で情報交換ができる雰囲気での開催予定です。育児中のママ達も参加します！
	10月 3日 (木)	

場 所 … 小清水町防災拠点型複合庁舎「ワタシノ」

持 ち 物 … 母子手帳



《問い合わせ先》

小清水町役場 保健福祉課子育て支援係 ☎ (0152) 62-4473

