

令和6年度

「パパママ教室」のご案内

第1講座

①妊婦体操

自宅でできる体操を紹介します。

②妊婦体験

パパに体験してもらいます。

③お世話体験

赤ちゃん人形で
オムツ交換等を行います。



第2講座

赤ちゃんのお風呂の入れ方の練習

♪参加者の声♪

- ・妊婦さんの大変さを知り、サポートの方法がわかった(パパより)
- ・不足している栄養を知ることができた!(ママより)
- ・お風呂の入れ方を知ることができ安心した!夫婦で協力していきたい(パパママより)



		第1講座	第2講座
対象者の 出産予定月		【時間】 13時30分～15時30分	【時間】 ①10時～11時30分 ②13時30分～15時
令和6年	7～9月	令和6年 4月19日(金)	令和6年 5月28日(火)
	10～12月	令和6年 7月17日(水)	令和6年 8月9日(金)
令和7年	1～3月	令和6年10月16日(水)	令和6年11月13日(水)
	4～6月	令和7年 1月17日(金)	令和7年 2月14日(金)

※参加希望の場合は、申込みが必要です。

場所：大仙市健康福祉会館2階

(大仙市大曲通町1番14号)

定員：第1講座 15組

第2講座 各回12組

ママのみの方もお気軽にご参加ください♪

開催日の約1か月前に申込み開始のご案内が届きます!

母子手帳アプリ「母子モ」をご活用ください♪

こちらからダウンロードできます!



〈お問い合わせ〉

大仙市こども未来部 こども家庭センター

電話：0187-73-6811

