

令和6年度 北方町パパママ学級のご案内

北方町では、妊婦さんと生まれてくる赤ちゃんの健康を守り、安心して出産が迎えられるように“パパママ学級”を開催します。

同じ時期に出産予定の妊婦さんと交流を深めながら、妊娠中の健康管理や食生活、出産、育児について一緒に考えてみませんか？

パパママ学級1は、対象者が出産予定月で決まっていますので、ご都合のいい日にご出席ください。お一人でも、ご夫婦でも、お子様連れでもご参加いただけますので、是非ご参加ください。



	パパママ学級1							パパママ学級2
内容	*妊婦健診からみるママのからだの状態と胎児の育ち *妊娠中の食事のお話 *妊婦体操やお産のお話							*パパの妊婦体験 *沐浴体験
期日	5月13日(月)	7月5日(金)	9月6日(金)	11月11日(月)	1月24日(金)	3月7日(金)	6月7日(金) 10月25日(金) 2月14日(金)	
対象者	令和6年 7月～10月 出産予定の 妊婦さんご家族	令和6年 9月～12月 出産予定の 妊婦さんご家族	令和6年11月～ 令和7年2月 出産予定の 妊婦さんご家族	令和7年 1月～4月 出産予定の 妊婦さんご家族	令和7年 3月～6月 出産予定の 妊婦さんご家族	令和7年 5月～8月 出産予定の 妊婦さんご家族	妊婦さんご家族	
時間	午後1時30分～3時30分							午後7時～8時30分
持ち物	母子健康手帳・筆記用具・ズボン着用 ※パパママ学級2の沐浴体験で必要な方は、エプロン							
開催場所	北方町保健センター (北方町高屋石末1-10)							
申し込み・お問合せ	Web予約は開催3日前まで、電話予約は前日までにお申し込みください。 北方町保健センター 平日 8:30～17:15 電話：058-323-7600							

※内容は変更になる可能性があります。