

ファミリークラスのご案内

(令和 7 年度)



ファミリークラスは、従来の母親教室のように妊婦さんだけを対象とした教室ではなく、ご主人やご家族と一緒に妊娠時から育児について考える場です。妊娠中はとにかく不安や疲労が重なります。又、出産後は、《赤ちゃんの接し方》に数々の悩みを持たれる事もあるでしょう…。教室では、妊娠中をより快適に、出産後をより楽しく暮らしていただけるように企画したいと思っています。

お申し込みください♪

ご家族一緒のご参加大歓迎です。
全日ともに母子手帳を持参してください。

日 時	場 所	内 容
1 回目 ● 令和 7 年 9 月 5 日(金) ● 令和 8 年 3 月 6 日(金) ※それぞれ 13:30～15:30	プリズムへぐり 1 階 保健指導室	妊娠中の過ごし方、お産の経過 (助産師担当) 妊娠中の食生活 (管理栄養士担当)
2 回目 ● 令和 7 年 9 月 6 日(土) ● 令和 8 年 3 月 7 日(土) ※それぞれ 10:00～12:00	プリズムへぐり 2 階 会議室	赤ちゃんとの暮らし、 妊婦体験や沐浴実習等のパパ体験 (保健師担当)
3 回目 ● 令和 7 年 9 月 8 日(月) ● 令和 8 年 3 月 9 日(月) ※それぞれ 10:30～11:30	プリズムへぐり 1 階 研修室	マタニティーばぶばぶ見学 育児情報交換・お友達づくり等 (保育士等担当)



※電話 45-8600 (健康保険課プリズムへぐり) もしくは平群町ホームページからお申し込みください。スマホは QR コードから申し込み可能です☺

※当日は動きやすい服装でお越しください。
☆お友達作りの場としても好評です☆

