

☆対象☆

紀の川市にお住まいの妊婦さんと夫(パートナー)・家族の方

☆内容☆

- * 「パパが妊婦さんに変身！」
妊婦ジャケットを着て、妊婦体験をすることができます。
- * 「赤ちゃんのお世話を体験してみよう！」
赤ちゃん人形を実際を使って、抱っこや着替え、おむつ交換、沐浴体験などを行っています。
- * 「何でもご相談ください！」
出産に向けた準備、産後の生活やきょうだいの育児相談、妊婦や夫(パートナー)・家族の健康のこと、その他不安なこと、何でもご相談ください。



☆持ち物☆

母子健康手帳・母子健康手帳副読本・飲み物・ハンカチ等

☆開催日程☆ 助産師や保健師等が、妊娠中の生活のお話や育児体験の他、不安なことなどのご相談に個別に応じます。*秘密は厳守します。

個別教室(平日)：平日(土・日・祝を除く)の9時～17時 (1組約90分)

*前日までに下記まで申し込みが必要です。

個別教室(休日)：平日の参加が困難な方対象。

*下記日程の1か月前から申し込み受付開始します。

	日 程	① 9:30～	② 12:30～	③ 14:30～
第1回	6月 5日(日)	定員3組	定員3組	定員3組
第2回	9月 4日(日)	定員3組	定員3組	定員3組
第3回	R5.1月29日(日)	定員3組	定員3組	定員3組

当日朝7時時点で紀の川市に「大雨」「洪水」「暴風」警報のいずれかが発令されている場合は中止します。感染症対策等の急な変更は個別にお電話でご連絡します。

☆申し込み・問合せ☆ *紀の川市こども課 母子保健班(0736)77-7229

「はぐくみサポート紀の川」：(0736)79-3106(直通専用電話)

☆個別教室の様子☆

個別教室だから
質問しやすい♪



- * 助産師から妊娠中のことや出産、産後のことについて説明をしています。
- * 何でもご相談くださいね。



- * 赤ちゃん人形で抱っこ練習♪
「意外と重く感じるかも？」



- * 赤ちゃんの着替え・おむつ交換にもチャレンジ♪



- * 沐浴体験も行っています♪

「はぐくみサポート紀の川」助産師・保健師より
初めての妊娠やきょうだいがいる中での妊娠。
仕事や家事、育児など、毎日の生活の中で、
なんとなく不安になったりすることもありますよね。
妊娠や出産のこと、ほっと一息ついてお話しませんか？
ご予約お待ちしております。

妊婦体験ジャケット
もありますよ～

