

令和3年度 飯島町

プレママの会(両親学級)のお知らせ



妊娠おめでとうございます。

飯島町では、大切な赤ちゃんを安心して迎えられるように「プレママの会」を開催しています。妊娠中の生活や育児について一緒に学びましょう。

1. 日時・内容

【第1回 妊娠中の生活】

月 日：4月12日(月)・8月2日(月)・12月1日(水)
時 間：午前9時30分～11時30分 場 所：役場西庁舎保健センター
内 容：お腹の赤ちゃんを元気に育てるためには、お母さんの生活が大切！！
・妊娠中の過ごし方 ・妊娠中～出産後までの食生活 ・防災について

【第2回 赤ちゃんとの生活】 ※ぜひ夫婦でご参加ください

月 日：4月24日(土)・8月28日(土)・12月11日(土)
時 間：午前9時30分～11時30分 場 所：いいっ子センター
内 容：赤ちゃんが生まれたらどんな生活になるのだろう。
・講演「胎内期から始める子育て法」
・いいっ子センター見学(赤ちゃん、先輩ママとの交流タイム)

【第3回 赤ちゃんのお世話】 ※ぜひ夫婦でご参加ください

月 日：5月15日(土)・9月11日(土)・1月15日(土)
時 間：午前9時30分～11時30分 場 所：役場西庁舎保健センター
内 容：赤ちゃんのお世話ってどうやるの？
・育児体験(沐浴、おむつ交換など) ・パパ妊婦疑似体験
・家族の歯の健康について

【飯島町の産前産後サービスについて】 ※必ず一度はご参加ください

月 日：第1回、第2回、第3回の開催日 時 間：午前11時30分～11時40分
場 所：第1回・3回の開催日 役場西庁舎保健センター
第2回の開催日 いいっ子センター

- 2. 持ち物 母子健康手帳・筆記用具・
あかちゃんとママを守る防災ノート(第1回のみ)
- 3. 申込み 不要
- 4. 受講料 無料

参加された方には、
町の特産品を
プレゼントします♪



※妊娠中や赤ちゃんが生まれてからの生活に心配のある方は、
お気軽に下記までご相談ください。

問合せ先：飯島町役場 健康福祉課保健医療係 宮原
電 話：86-3111(内線189)