

令和5年度



Welcome

# ふれまますろん

助産師と楽しく  
出産準備ができる

リフレッシュ  
サロン

プレママサロンでは、助産師に何か相談したい！という方はもちろん、お友達づくりやリフレッシュなど、気軽にご参加ください。初産婦さんでも経産婦さんでもご参加頂けます。

希望者には助産師の個別相談もあります。

🎀 事前予約不要・参加費無料！

🎀 何度でもご参加頂けます！

## 家族で赤ちゃんを迎える準備をしませんか

- ママだけでなく、パパ・おじいちゃん・おばあちゃんのご参加も大歓迎です。
- 特に「お風呂の入れ方」は、パパ大歓迎です。赤ちゃんの人形を使用し実際にお風呂に入れたり、着替え・オムツ交換等を体験できます。

日程	ミニ講座の内容
4月17日(月) 午前	お風呂の入れ方 (沐浴の仕方を見てみよう！)
5月22日(月) 午後	母乳育児のコツ (上手な授乳・痛くない授乳の仕方とは？)
6月23日(金) 午前	出産準備グッズ・赤ちゃんのお世話 (育児体験をしてみよう！)
7月31日(月) 午後	お風呂の入れ方 (沐浴の仕方を見てみよう！)
8月25日(金) 午前	母乳育児のコツ (上手な授乳・痛くない授乳の仕方とは？)
9月11日(月) 午後	出産準備グッズ・赤ちゃんのお世話 (育児体験をしてみよう！)
10月27日(金) 午前	お風呂の入れ方 (沐浴の仕方を見てみよう！)
11月8日(水) 午後	母乳育児のコツ (上手な授乳・痛くない授乳の仕方とは？)
12月6日(水) 午前	出産準備グッズ・赤ちゃんのお世話 (育児体験をしてみよう！)
1月25日(木) 午後	お風呂の入れ方 (沐浴の仕方を見てみよう！)
2月27日(火) 午前	母乳育児のコツ (上手な授乳・痛くない授乳の仕方とは？)
3月25日(月) 午後	出産準備グッズ・赤ちゃんのお世話 (育児体験をしてみよう！)

※新型コロナウイルス感染症予防対策のため、沐浴はデモンストレーションになる場合があります

持ち物：母子手帳

動きやすい服装で来てください

時 間： (午前の部) 10:00~11:30

(午後の部) 13:30~15:00

場 所：向日市保健センター

(向日市寺戸町東野辺31)

(075) 933-2666

お問合せ

向日市健康推進課

子育てコンシェルジュ

(075) 874-3687