

ままぱぱさろん

助産師が、妊娠・出産と
これからの子育てを応援します！

事前予約不要・参加費無料！

「ままぱぱさろん」ってどんなことができるの？

出産準備に
必要なものが知りたい

沐浴や抱っこ、
オムツ交換を練習したい

パパの妊婦体験できます！

妊婦体験をしたい
妊婦体験をしてもらいたい

出産にむけて
リフレッシュしたい

助産師に相談したい
(こんなこと相談してもいい
のかな？と思うことでもぜひ、
この機会に相談を！)

妊婦の友達を
つくりたい

育児を思い出したい
(上のお子さんがいる方・おばあちゃんや
おじいちゃんも大歓迎)

ミニ講座① 沐浴体験

～人形を使って
沐浴してみよう～

4月27日	(月)	午前
7月13日	(月)	午後
10月15日	(木)	午前
1月18日	(月)	午後

(午前の部) 10:00～11:30

(午後の部) 13:30～15:00

※ミニ講座①・②、どちらも交流の時間があります

ミニ講座②

出産準備・赤ちゃんのお世話

～出産・育児の準備は何が必要？
赤ちゃんのお世話の練習をしてみよう～

5月18日	(月)	午後
8月10日	(月)	午前
11月10日	(火)	午後
2月15日	(月)	午前

※天候等により変更もしくは中止することがありますのでHPでご確認ください。

対象者：妊婦（向日市民）さんご家族

持ち物：親子健康手帳（母子健康手帳）
イクメンビギナーノート
動きやすい服装でお越しください

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