

令和6年度 パパママ教室のご案内

- ❖ 妊娠おめでとうございます。何かと心配な時期、パパママ教室で赤ちゃんを迎える準備をしませんか？
- ※日程は変更になることもあります。市のホームページでご確認ください。



会場：幸手市保健福祉総合センター ウェルズ幸手

内 容	時間・場所	持ち物	日 ち	
<ul style="list-style-type: none"> 産婦人科医のお話 「元気な赤ちゃんを産むために～妊娠による体の変化と健康的な過ごし方～」 歯科医のお話と歯科健診 妊婦さんの食生活 	13:30-15:00 検診ホール (1階)	<ul style="list-style-type: none"> 母子手帳 母子手帳副読本 筆記用具 	5/9(木) 保育☆:4/24(水)	9/5(木) 保育☆:8/21(水)
			<ul style="list-style-type: none"> 母子手帳 母子手帳副読本 筆記用具 	6/27(木) 保育☆:6/12(水)
<ul style="list-style-type: none"> 助産師のお話と妊婦体操 「安産に向けて体を整えよう」 		<ul style="list-style-type: none"> 母子手帳 母子手帳副読本 筆記用具 水分 体操できる服装 	7/12(金) 保育☆:6/27(木)	11/8(金) 保育☆:10/24(木)
			<ul style="list-style-type: none"> 母子手帳 母子手帳副読本 「何が必要？どう選ぶ？」 筆記用具、タオル 	7/21(日) 保育なし
<ul style="list-style-type: none"> 赤ちゃんのお風呂実習 妊娠・出産・子育て期のお役立ち情報 パパの妊婦体験 	1部 9:00-10:30 2部 10:30-12:00 調理実習室(2階)		12/5(木) 保育☆:11/20(水)	令和7年 1/23(木) 保育☆:1/8(水)
			<ul style="list-style-type: none"> 母子手帳 母子手帳副読本 筆記用具 	令和7年 2/14(金) 保育☆:1/30(木)

- ❖ 保育は締め切り日を過ぎますとお受けできません。保育をご希望の場合は、健康増進課の窓口か電話でお申し込みください。
- ❖ ご都合のつく日程で受講可能です。1日だけの受講も可能です。

幸手市

さっちゃん 予約サービス

参加にはご予約が必要です。
予約はアプリ(さっちゃん子育て応援ナビ)から

Google Play

App Store

さっちゃん子育て応援ナビの
ダウンロードはこちらから

DL

↑アプリ内のこちらの画像をクリックしてください↑