

～教室の案内～

赤ちゃんが生まれた方へ

☆産後のママのからだと赤ちゃんのからのケア☆

対象：①ねんね期（1か月健診以降～生後4か月頃まで）
②ころころ期（4か月健診以降～生後6か月頃まで）

内容：赤ちゃんの体をこわさない基本育児
赤ちゃんの発達を促すあやし方、遊び方
やさしくお世話できるママのからのセルフケア

定員：5組

持ち物：母子手帳、バスタオル2枚

（ころころ期では、お気に入りのおもちゃも1つお願いします。）

※赤ちゃんの授乳やおムツ交換等で必要な物をご持参ください。

開催日	時間	場所	受付期間
令和5年4月28日（金）	ねんね期 10:00～11:30	本荘保健センター	～4/21
5月26日（金）			～5/19
6月30日（金）			～6/23
7月21日（金）			～7/14
8月18日（金）			～8/10
9月29日（金）	ころころ期 13:30～15:00		～9/22
10月27日（金）			～10/20
11月24日（金）			～11/17
12月22日（金）			～12/15
令和6年1月26日（金）			～1/19
2月22日（木）		～2/15	
3月22日（金）	～3/15		

☆パパママサロン☆

対象：1歳までのお子様とパパやママ、その他ご家族の方

内容：①9:30～10:20

パパ⇒ファザーリングジャパン講師によるパパ向け講話
ママ（その他ご家族）と赤ちゃん⇒参加者同士の交流

②10:30～11:30

全員⇒助産師による講話

- ・胎児期からの背骨の変化
- ・ねんね期のからだ観察ポイント、発達を促す遊び方
- ・赤ちゃんにやさしいお世話のしかた

定員：5組

持ち物：母子手帳、バスタオル2枚

※赤ちゃんの授乳やおムツ交換等で必要な物をご持参ください。

開催日	時間	場所	受付期間
令和5年5月20日（土）	9:30～11:30	本荘保健センター	～5/17
9月9日（土）			～9/6
令和6年1月20日（土）			～1/17

【お申し込み・お問い合わせ先】

由利本荘市子育て世代包括支援センター

☎080-2845-6720（ふみりあ直通）

☎0184-22-1834（本荘保健センター）

ふみりあ



