

不安が安心にかわる♥

マタニティママ&パパサロン

妊娠中のママ&パパで、妊娠・出産・子育てのあれこれについて話したり、学んだりするサロンを開催します。

町の妊婦さん・パパ同士、交流を深め、あかちゃんを迎える準備をします。

開催日： 4月16日(水)・6月16日(月)
8月 4日(月)・10月 8日(水)
12月15日(月)・2月18日(水)

場所：白鷹町子育て支援センターにこぼーと
【白鷹町大字鮎貝 7001 番地】

時間：受付 9:50
10:00 ~11:50

《内容》

①ママ&パパトーク

②マタニティライフの過ごし方➕お産のあれこれ

③【4月・8月・12月】妊娠中の栄養を学ぼう！

【管理栄養士】

【6月・10月・2月】歯の健康を学ぼう

【歯科衛生士】

④あかちゃんのお世話練習（お風呂入れなど）

《持ち物》 母子健康手帳、筆記用具

《申込み》 開催日3日前まで

母子手帳アプリ紅ほっぺ

もしくは、電話でお申し込みください。

＜問い合わせ・申し込み＞

白鷹町こども家庭センター

（健康福祉課こども家庭センター係）

☎0238-86-0212