

＼令和6年度リニューアル！／



# プレママ・プレパパ教室

妊娠おめでとうございます。小松市では、新米ママ・パパ向けの教室を行っています。これから母親・父親になる準備として子育てについて体験したり、考えてみませんか？

- ◎対象は妊娠16週～32週の妊婦さんとそのご主人・パートナーなどです。  
皆様に安全に参加していただくために参加者を32週以下の妊婦さんに限定しています。
- ◎教室は予約制です。（定員18組、先着順）  
キャンセル待ちも受け付けています。（先着順）
- ◎予約受付は、下記予約開始日の正午より電子申請で受付します。  
電話では予約受付できませんのでご注意ください。詳細は右上のQRコードからご確認ください。



## 教室の内容

1. 安産のためのレクチャー ～安産のための暮らし・妊娠中の身体を楽しむこと～
2. 赤ちゃんのお世話トレーニング ～抱くこと・着替え・おむつ交換・あやす・なだめる～
3. 産後の生活ガイダンス ～産後の生活とパートナーシップについての講話とフリートーク～



## 実施時間

【平日開催の場合】  
19:00～21:00（受付18:45～19:00）

【土曜日開催の場合】  
10:00～12:00（受付 9:45～10:00）

実施日	予約開始日 ( 時間は正午より )	実施場所
令和6年4月19日(金)	令和6年3月19日(火)	すこやかセンター
5月11日(土)	4月11日(木)	持ち物など
6月21日(金)	5月21日(火)	
7月27日(土)	6月27日(木)	その他
8月23日(金)	7月23日(火)	
9月14日(土)	8月14日(水)	＼ 助産師のレクチャーや、赤ちゃん人形を使った育児スキルのトレーニング、そしてフリートークなど産後に役立つ内容がもりだくさんです。 ご参加お待ちしております。／
10月18日(金)	9月18日(水)	
11月15日(金)	10月15日(火)	
12月6日(金)	11月6日(水)	
令和7年1月18日(土)	12月18日(水)	
2月15日(土)	令和7年1月15日(水)	
3月14日(金)	2月14日(金)	

※令和7年度の予定は令和7年3月頃、ホームページに掲載予定です。

お問い合わせ

小松市すこやかセンター 小松市向本折町へ14-4  
TEL: 0761-21-8118 (平日8:30～17:15)

