

# 令和8年度 パパママ教室 年間予定

	日にち	時間	対象者	申込み期限
1	5月13日(水)	13:00 ~15:30	令和8年8月~11月 出産予定の方	5月7日(木)まで
2	8月26日(水)		令和8年12月~ 令和9年2月出産予定の方	8月19日(水)まで
3	1月27日(水)		令和9年3月~7月 出産予定の方	1月20日(水)まで

## 内容

- ①助産師さんから聞いてみよう  
「赤ちゃんとの生活について」の講話
- ②沐浴体験実習、フリートーク
- ③講話（妊娠中の食生活・新生児用品の選び方・出産後の手続きについて）

- \* 場 所 山辺町保健福祉センター（山辺温泉東側）
- \* 持 ち 物 母子健康手帳・筆記用具
- \* 申込み方法 電話 または 下記申込書をセンターに持参



【申込み先】保健福祉センター ☎ 667-1177

※教室開催について変更がある場合は  
広報紙等で連絡いたします。

きりとりせん

## 参加申込書

パパママ教室に出席します。

①~③のいずれかに○をつけてください。（どなたと参加するか○をつけて下さい）

① 夫や育児担当者と一緒に参加

② 一人で参加

氏 名： \_\_\_\_\_

住 所： \_\_\_\_\_

連絡先： \_\_\_\_\_

