

プレママ・プレパパ集まれ!!



プレママ・プレパパ教室

(両親教室)

とき

令和7年2月14日(金)
午後6時～7時30分

参加費
無料

受付時間午後5時45分～

ところ

保健センター五所川原 1階集団指導室
(五所川原市字新町33-1)

※駐車場は保健センター裏の駐車場をご利用ください。

参加
対象者

五所川原市に妊娠届出をされた妊婦さん
とそのパートナー ※妊婦さんだけの参加も大歓迎!

定員

15組

※先着順のため、定員に達した場合はお断りする
場合がありますが、ご了承ください。

教室内容

○助産師の講話

妊娠中の過ごし方、子育てを楽しむコツなど、
助産師がお話します。

○沐浴・おむつ交換体験

沐浴は赤ちゃんとの最高のスキンシップ。
助産師や保健師の指導のもと、沐浴の仕方や
おむつ交換の方法を練習します。
※ベビー人形を使って体験していただきます。

○妊婦疑似体験

妊娠シミュレーターをつけて、妊娠9か月頃の
妊婦さんの体を疑似体験してみます。

お申込み

1月31日(金)までに下記の方法
でお申込みください。

☎電話

0173-35-2111 内線2472

LINE ごしよLINE予約フォーム



←QRコードを讀
み取り、お申込み
ください。

※当日は母子手帳をご持参ください。

参加したプレママからの声：
「わからなかったことや知らな
かったことがたくさん聞けてす
ごく勉強になりました。」



五所川原市こども家庭センター

(〒037-8686 五所川原市字布屋町41-1 五所川原市役所内)