

# ママ♡パパスクール



妊娠おめでとうございます！！新しい命を授かりわくわくする気持ちと同時に、不安な思いも抱えていることと思います。安心して出産や子育てに取り組めるように、妊娠や育児について学んだり、妊娠・出産後の生活について考えてみませんか？

## 【日程】



実施月日	実施時間	会場
令和4年6月26日(日)	10:00 ~	子育て世代包括支援センター (江田島町中央四丁目18番28号)
令和4年9月18日(日)		
令和4年12月18日(日)	12:00	
令和5年3月12日(日)		

## 【内容】

### 赤ちゃんのお風呂の入れ方(沐浴体験)

赤ちゃん人形を使用して、お風呂の入れ方を練習します。

抱っこやおむつ替えにも挑戦してみましょ！

### パパの妊婦体験

ママのお腹は、出産前には約10kg前後、体重が増加します。

ママの状態をパパも体験してみませんか？



### 母子健康手帳の活用について

妊娠中から産後まで使用する母子健康手帳の活用方法について、お伝えします。



### 妊娠の経過について

今後、ママの体の変化は？どのようにして赤ちゃんが生まれるの？

出産に備えて、妊娠の経過を学びましょう。

【対象】 妊娠6ヶ月以降の妊婦とその家族

【持ち物】 母子健康手帳・筆記用具(参加費無料)

【申込み】 開催日1週間前までに、子育て支援課までお申込みください。

※各回とも先着3組です。

【問合せ先】 江田島市子育て支援課 ☎0823-42-2852

