

～これからママになるあなた&パパになるあなたへ～

マタニティークラス



参加してみませんか??

マタニティーライフいかがお過ごしですか？

さて三木町では、助産師・保健師が、妊婦さんとそのご家族を対象に「マタニティークラス」を開催しています。

これだけ受ければ、きっと何とかかなります！

お産、赤ちゃんへの関わり方、“泣き”への対応、お風呂の入れ方等…

私たちと一緒に楽しく学んで、赤ちゃんを迎える準備をしましょう！

I コース

令和7年度

第1回 6月15日(日)

第2回 9月28日(日)

第3回 2月1日(日)

9:30～11:30

- 1.妊娠中の身体と心
- 2.お産について
- 3.産後の身体と心
- 4.赤ちゃんの様子
- 5.栄養のお話

II コース

令和7年度

第1回 6月22日(日)

第2回 10月5日(日)

第3回 2月8日(日)

9:30～11:30

- 1.先輩パパからのメッセージ
- 2.赤ちゃんの泣き(DVD)
- 3.お風呂の入れ方 沐浴実習(お湯は無しで実施)
- 4.妊婦体験ジャケットと交流
- 5.行政サービスの紹介

*人数により終了時刻が前後する可能性があります。



場所

三木町防災センター2階
(三木町大字氷上 310 番地)

参加料

無料

持参物

母子手帳 筆記用具
*6/22 はテキストをご持参ください
(必要な方はひざ掛けや飲み物等)

申込方法

5 日前までに「こども課」まで
(定員あり)

問い合わせ先

三木町役場こども課(母子保健係)
☎087-891-3322

妊娠してからいろいろな疑問や不安の中で生活されていると思います。マタニティークラスに参加することで少しでも疑問や不安を解消し、安心して赤ちゃんを迎えられるよう準備しましょう！