

# 令和8年度 パパママ教室 ～本宮市～

これから生まれてくる赤ちゃんを迎える準備として、安心して出産・育児ができるようパパママ教室を開催しています。

体調の良いときにぜひご参加ください。



月 日	教室時間	内 容	担当	申込期限	
令和8年	5月17日 (日)	13時30分～ 14時45分	赤ちゃんのお風呂の入れ方体験 助産師の産後に役立つ話	助産師	5日前まで
	6月12日 (金)	13時30分～ 14時45分	妊娠中の栄養 お母さんと家族の歯の健康	栄養士 歯科衛生士	8日前まで
	8月5日 (水)	13時30分～ 14時45分	赤ちゃんのお風呂の入れ方体験 助産師の産後に役立つ話	助産師	5日前まで
	11月29日 (日)	13時30分～ 14時45分	赤ちゃんのお風呂の入れ方体験 助産師の産後に役立つ話	助産師	5日前まで
	12月11日 (金)	13時30分～ 14時45分	妊娠中の栄養 お母さんと家族の歯の健康	栄養士 歯科衛生士	8日前まで
令和9年	2月3日 (水)	13時30分～ 14時45分	赤ちゃんのお風呂の入れ方体験 助産師の産後に役立つ話	助産師	5日前まで

対象者

初めての出産を迎える妊婦と夫（パートナー）



会 場

えぽか

持ち物

●母子健康手帳

参加費

無料

申し込み

上記申し込み期限までに、母子モ（本宮市子育てアプリあゆみ）  
からお申し込みください。



保健福祉部 保健課 母子保健係（本宮市こども家庭センターあゆみ）

TEL 0243-24-5152