



平成31年度

パパママひろば(両親学級)のご案内



妊娠おめでとうございます。赤ちゃんのお誕生が待ち遠しいですね。
さて、豊後大野市ではプレパパ・プレママを対象に「パパママひろば」を
開催しています。みなさまのご参加をお待ちしております。



対象者	妊婦さんとパートナーの方 (ママお一人でも上のお子さんを連れてでも参加できます。)
時間	受付 9:30~9:50 終了 12:00
場所	豊後大野市役所 1階 保健センター
持ち物	母子健康手帳

開催日	場所	内容
平成31年 6月 5日(水)	豊後大野市役所 1階 保健センター	●お産の経過と呼吸法・妊婦体操・乳房の手入れ 講師：豊後大野市民病院 助産師
平成31年 8月30日(金)		●妊娠中の栄養と口腔のケアについて 講師：豊後大野市役所 栄養士・歯科衛生士
平成31年12月 4日(水)		●参加者の交流 ※妊婦体験ができます。
平成32年 2月28日(金)		



里帰り中の妊婦さんや、
おじいちゃん、おばあちゃんで
参加を希望する方も大歓迎です。
お気軽にご参加下さい。



申込み先

豊後大野市役所 市民生活課 健康推進室
電話 0974-22-1001