

マタニティライフに役立つ！すぐ実践できる！

令和8年度 パパママクラス

妊娠おめでとうございます。

村山市では、赤ちゃんとの生活を安心してスタートしていくためのお手伝いをしています。

パパおひとりでも、ママおひとりでも、パパママ一緒でも、経産婦さんも大歓迎。

お電話にてお申し込みください。ご参加お待ちしております♪

日付	5/18 (月)	6/3 (水)	7/8 (水)	9/16 (水)	10/14 (水)	11/11 (水)	1/6 (水)	2/10 (水)	3/10 (水)
内容	妊娠編	分娩編	育児編	妊娠編	分娩編	育児編	妊娠編	分娩編	育児編
受付	13:15～13:30								
時間	13:30～15:30								
持ち物	母子健康手帳・筆記用具								
会場	ぽっぴーるーむ（飴葉プラザ2階）								

妊娠編

※妊娠中の過ごし方のポイント

- ※赤ちゃんってどんなふうに大きくなるの？
- ※妊婦さん体験

分娩編

※お産の時の過ごし方のポイント

- ※呼吸法について
- ※赤ちゃんってどんなふうに生まれてくるの？

育児編

※産後の過ごし方のポイント

- ※母乳とミルクについて
- ※赤ちゃんのお風呂体験

♪じいじばあばクラス♪

これから赤ちゃんをお迎えするご家族の方であれば
どなたでもご参加できます。



内容 ◎赤ちゃんの保育 ～ここが変わった！子育ての昔と今～
◎赤ちゃんのお風呂（実習）

日程 令和8年 5/27（水）9/2（水）
令和9年 1/13（水）

時間 13:30～15:30

【申込先】 ぽっぴーるーむ 0237-22-9981

月曜日～金曜日（祝日・第4月曜・年末年始を除く） 9時半～12時・13時半～16時