

令和8年度 北方町パパママ学級のご案内

北方町では、妊婦さんと生まれてくる赤ちゃんの健康を守り、安心して出産が迎えられるように“パパママ学級”を開催します。

同じ時期に出産予定の妊婦さんと交流を深めながら、妊娠中の健康管理や食生活、出産、育児について一緒に考えてみませんか？

パパママ学級Ⅰは、対象者が出産予定月で決まっていますので、ご都合のいい日にご出席ください。お一人でも、ご夫婦でも、お子様連れでもご参加いただけますので、是非ご参加ください。



	パパママ学級Ⅰ							パパママ学級2
内容	*妊婦健診からみるママのからだの状態と胎児の育ち *妊娠中の食事のお話 *妊婦体操やお産のお話							*パパの妊婦体験 *沐浴体験
期日	5月25日(月)	7月10日(金)	9月11日(金)	11月16日(月)	1月22日(金)	3月5日(金)	6月12日(金) 10月16日(金) 2月19日(金)	
対象者	令和8年 7月～10月 出産予定の 妊婦さんご家族	令和8年 9月～12月 出産予定の 妊婦さんご家族	令和8年11月～ 令和9年2月 出産予定の 妊婦さんご家族	令和9年 1月～4月 出産予定の 妊婦さんご家族	令和9年 3月～6月 出産予定の 妊婦さんご家族	令和9年 5月～8月 出産予定の 妊婦さんご家族	妊婦さんご家族	
時間	午後1時30分～3時30分							午後1時30分～3時
持ち物	母子健康手帳・筆記用具・ズボン着用 ※パパママ学級2の沐浴体験で必要な方は、エプロン							
開催場所	北方町保健センター (北方町高屋石末1-10)							
申し込み・お問合せ	開催前日までに電話でお申し込みください。 ※パパママ学級Ⅰは、妊娠後期アンケート(妊娠6か月頃郵送)の回答欄(参加しますに○)でも、申し込みができます。 北方町保健センター・こども家庭センター 平日 8:30～17:15 電話：058-323-7600							

※内容は変更になる可能性があります。