

プレママひろば

新しいご家族を迎えられる皆様、おめでとうございます！

プレママひろばって？

妊娠・出産・育児ってどんなかな？ とても嬉しいけど、ちょっと不安・・・

そんな気持ちに少しでも寄り添いたい・・・助産師が企画した妊娠中から出産後までの講座です
お気軽にご参加ください～お待ちしております～

【対象】 平成30年11月～12月に初めての出産を迎えられるプレママ 参加費無料

【場所】 東部保健福祉センター 浜松市南区青屋町300 いきいきプラザ天竜川 2階（駐車場あり）

【時間】 13:30～16:00(受付13:15～)

8月27日(月)(第1回 マタニティ編)

チャイルドシートのはなし (JAF講師)

お産のはなし & 妊婦体操

おしゃべりタイム



10月4日(木)(第2回 マタニティ編)

知っておきたい おっぱい&赤ちゃんのはなし
先輩ママからのエール
おしゃべりタイム



3月25日(月)(第3回 親子同窓会)

タッチケア

～赤ちゃんとおふれあいを～

助産師こぼなし

～子育て支援と赤ちゃんへの語りかけ～

仲間づくりをしよう

おしゃべりタイム



【持ち物】 母子手帳 (第1回は体操ができる服装でお越し下さい)

第3回は 母子手帳、バスタオル、赤ちゃんのおでかけグッズ

【定員】 20名 (申し込み多数の場合は、抽選となりますのでご了承下さい)

【申し込み方法】 3回で1コースです

継続参加となりますので日程をご確認の上、往復はがきでお申し込み下さい

【往復はがきご記入方法】 往信・裏面 ①氏名 ②住所 ③電話番号 ④出産予定日 ⑤出産予定医療機関

返信・表面 返信先の住所(郵便番号・マンション名・室号)・宛名

【申し込み先】 ☎433-8112 浜松市北区初生町691-3 小川助産所「プレママひろば」宛

【申し込み締め切り】 平成30年7月31日 必着

申し込み締め切り後にご案内を返信いたします

【お問い合わせ先】 浜松市助産師会 ☎090-5614-8424 (平日9:00～16:30)