

令和4年度 マタニティ教室



もうすぐかわいい赤ちゃんに会えますね。子育ては夫婦で協力して楽しく行いたいものです。新宮市では、健やかな赤ちゃんの誕生を願って、以下のとおり教室を開催しています。

お知らせ

新型コロナウイルス感染拡大予防の観点から、**少人数制にて実施します。**



完全予約制となります。ご希望の際は、あらかじめ新宮市保健センターまでお申し込みください。

回	第1回	第2回	第3回
日程	4月21日(木)	5月18日(水)・6月15日(水)	6月13日(月)
	7月21日(木)	8月10日(水)・9月28日(水)	9月12日(月)
	10月20日(木)	11月2日(水)	12月12日(月)
	1月12日(木)	2月1日(水)・3月1日(水)	3月13日(月)
時間	午後1時30分～3時	午後7時～8時30分	午後1時30分～3時
内容	妊娠中の生活 ・歯と健康 ・妊婦体操 ・食生活	・お父さんの妊婦疑似体験、おむつ交換、抱っこ、沐浴など ・絵本の読み聞かせや紹介	・妊娠後期の生活やお産について ・産後の生活 ・育児について

☆会場 新宮市保健センター

☆持ち物 母子健康手帳 (必要な方は、お茶、膝かけ等)

※動きやすい服装でお越しください。

- 完全予約制のため日程の都度上、ご希望に添えない場合がありますので、ご了承ください。
- 台風・地震等により、大雨警報・洪水警報・暴風警報・津波警報・大津波警報が当日の午前8時半の時点で発表されている場合、中止となります。
- 新型コロナウイルス感染症の感染拡大状況により、急きょ事業を中止する場合がありますのでご了承ください。
- お母さん、お父さんだけでなく、おじいちゃんやおばあちゃんの参加も大歓迎です。



【お問合せ先】 新宮市保健センター TEL 23-4511