

令和3年度

プレファミリー 広場

※要予約

赤ちゃんを迎える準備を家族と一緒に
しませんか？
沐浴や、抱っこの仕方などの育児方法
や赤ちゃんの特徴などお話ししながら
交流しましょう。



【場所】 関市保健センター

【時間】 金曜日開催 19:00 ~ 20:30 (受付開始 18:50~)

日曜日開催 9:30 ~ 11:00 (受付開始 9:20~)

【持ち物】 母子手帳、父子手帳、パパパスポート、ストレッチできる服装、飲み物

① ペアストレッチ、赤ちゃんの抱っこ、おむつ交換実技 生後すぐの 子育てについて 	4月23日(金)	6月13日(日)
	8月27日(金)	10月17日(日)
	12月17日(金)	2月27日(日)
② 赤ちゃんの沐浴体験、 パパの妊婦体験、 赤ちゃんが泣いた ときの心構え 	5月30日(日)	7月30日(金)
	9月26日(日)	11月26日(金)
	1月23日(日)	3月18日(金)

ひだまりサロン ※予約不要 はじめます★

妊婦さん、子育て中のママさん、
助産師・保健師とお話しませんか？
授乳室あります

多胎サポーターが車まで
お迎えます♪

【時間】 10:00~11:30 (時間内出入り自由)

【場所】 ひだまりルーム (関市保健センター内)

【持ち物】 おくるみ or バスタオル等

【みんなの日】 妊婦さん子育てママさん 誰でも

【ふたごの日】 双子の妊婦さん、子育てママさん

4月15日 (木)	5月13日 (木)	6月3日 (木)	7月1日 (木)
8月12日 (木)	9月2日 (木)	10月14日 (木)	11月11日 (木)
12月2日 (木)	1月20日 (木)	2月3日 (木)	3月17日 (木)

4月27日 (火)	5月25日 (火)	6月29日 (火)	7月27日 (木)
8月31日 (火)	9月28日 (火)	10月26日 (木)	11月30日 (火)
12月21日 (火)	1月25日 (火)	2月22日 (火)	3月29日 (火)

申し込み・問い合わせ先

関市子育て世代包括支援センター*ひだまり* (関市保健センター) 〒501-3873 関市日出町一丁目3-3

【電話】 0575-22-1154

土日・祝日・年末年始を除く

8:30~17:15