

赤ちゃん人形で沐浴を体験してみましょう！

パパママ教室のお知らせ

白馬村では、妊婦さんや、夫またはパートナーの方を対象に、パパママ教室を開催します。お二人での参加も、お一人での参加も、祖父母の方の参加もOKです。

- ◇ 日 程： 令和7年5月12日(月)、7月7日(月)、9月1日(月)、
11月4日(火)、令和8年1月6日(火)、3月2日(月)
- ◇ 時 間： 13:30～15:00前後
- ◇ 場 所： 白馬村保健福祉ふれあいセンター1階
- ◇ 持 ち 物： 母子健康手帳、筆記用具、手拭きタオルやハンカチ
- ◇ 料 金： 無料
- ◇ 申 込 み： 前日までに子育て支援課にご連絡ください。
(電話:0261-85-8101)

赤ちゃん人形を使って具体的なお世話の方法を学べます！

◆ 赤ちゃん育児体験コーナー

(ベビーバスを使った入浴・抱っこ・おむつ替え・着替えなど)

◆ 助産師からのアドバイス・助産師への質問コーナー

(妊娠期・分娩時に気をつけること、出産準備など、何でも)

出産までの経過や、赤ちゃんが産まれた後の生活など、
具体的にイメージしたり、助産師に聞いたりしてみましょう。

- 動きやすい服装でお越しください。
- 水分補給が必要な方は、ご持参ください。
- 個別のマタニティ相談日もあります。沐浴体験も可能です。ご希望の方は、ご連絡ください。

6/2(月)、8/4(月)、10/6(月)、12/1(月)、2/2(月)

※13～15時の間で30～45分程度の予約制



◆ お申込み・お問合せ ◆
白馬村子ども家庭センター
(白馬村教育委員会 子育て支援課)
母子健康係 [担当] 中島
TEL: 0261-85-8101 (課直通)