

# 母親学級のご案内



ご懐妊おめでとうございます。

毎月2回 母親学級を実施しております。

安産のために ぜひ受講ください。

## 前期 第3火曜日 14:00~16:00 (場所 トータルサポートセンター)

- 助産師さんによる妊娠中の過ごし方や赤ちゃんのはなし
- 栄養士さんによる妊娠中の食事について
- 歯科衛生士さんによるお口のはなし
- 保育士さんによる遊びの紹介

## 後期 第4火曜日 14:00~16:00(32週以降) (場所 トータルサポートセンター)

- 助産師さんによるお産とおっぱいのはなし
- 保健師さんによる産後のはなし
- 保育士さんによる遊びの紹介

☆持ってくるもの 母子手帳、マタニティテキストブック

☆ご家族の方も一緒に受講できます

(現在は感染症予防のため、妊婦本人のみとさせていただきます)

☆受講日の4日前の金曜日、午前中までにご予約ください

問合せ先 伊佐市役所 こども課 こども健康係 Tel 0995-23-1311

(予約の場合) なかむら産婦人科 Tel 0995-24-2238

## 令和5年度 母親学級 日程

	前期（第3火）	後期（第4火）
4月	18日	25日
5月	12日（金）	23日
6月	20日	27日
7月	18日	25日
8月	16日（水）	22日
9月	19日	26日
10月	17日	24日
11月	21日	28日
12月	19日	26日
1月	16日	23日
2月	20日	27日
3月	19日	26日

※なかむら産婦人科のホームページでもご案内しています。

（代診・手術日などのお知らせも載せています）