

令和8年度 香取市ママパパ教室

妊娠おめでとうございます。香取市では安心してお子さんを迎えられるように、ママパパ教室を開催しています。ぜひご参加下さい。

【対象者】香取市在住の妊婦さんとパートナー及びご家族

妊婦さんおひとりでの参加も大丈夫です！

【持ち物】母子手帳・筆記用具・飲み物

【内 容】赤ちゃんの抱き方・沐浴体験・妊婦ジャケット体験・栄養と歯の話

午前コース (保健師担当) 10:00~11:30 定員 6組	4/8 (水)	6/10 (水)	8/26 (水)	10/14 (水)	12/9 (水)	R9 2/10 (水)
午後コース (助産師担当) 13:00~15:30 定員 6組	5/28 (木)	7/23 (木)	9/24 (木)	11/26 (木)	R9 1/28 (木)	3/25 (木)

- ・ **午前** (保健師) コースか**午後** (助産師) コースのどちらかをお選びください。
- ・ **午後** コースは、妊婦体操や補助動作を行うため動きやすい服装でお越し下さい
- ・ 体調が悪い場合や安静指示がでている場合は、参加を見合わせて下さい

◎完全予約制です。事前予約をしてください。(お申し込み後キャンセルされる場合は、必ずご連絡下さい)



【申し込み先】
香取市役所 健康づくり課
0478-50-1235