

▽令和5年度 ママパパ教室▽

時間	内容	持ち物
グループコース 受付 13:00～13:10 限定4組まで	<ul style="list-style-type: none"> ・妊娠中の経過と過ごし方 ・お産の進み方 ・赤ちゃんの抱き方 ・沐浴体験 ・妊婦ジャケット体験 	<ul style="list-style-type: none"> ・母子手帳 ・筆記用具 ・のみもの ・子育てブック 「なにになに？」
個別コース 【午前の部】 10時半～12時 限定1組 【午後の部】 13時半～15時 限定1組	<ul style="list-style-type: none"> ・赤ちゃんの抱き方 ・沐浴体験 ・妊婦ジャケット体験 ・その他相談等 	<ul style="list-style-type: none"> ・母子手帳 ・筆記用具 ・のみもの ・子育てブック 「なにになに？」

◎ 個別コースかグループコースのどちらかをお選びください

◎ 動きやすい服装でお越し下さい

○令和5年度日程 会場：佐原保健センター○

個別 コース	4/12 (水)	6/14 (水)	8/9 (水)	10/11 (水)	12/27 (水)	2/14 (水)
グループ コース	5/25 (木)	7/27 (木)	9/28 (木)	11/30 (木)	R6 1/25 (木)	3/21 (木)

【お申し込み先】

香取市役所 健康づくり課

電話0478-50-1235