

令和8年度

パパ・ママ学級のご案内（要予約）

時津町では、下記の日程でパパ・ママ学級を実施します。妊娠中のお母さんが正常な妊娠の経過を知って自分の身体や気持ちの変化を理解し、おなかの赤ちゃんが順調に育ち、無事出産できるよう一緒に学習しましょう。参加を希望される方はこども家庭センターまでご連絡ください。

妊娠5～6カ月頃

内容

赤ちゃんを育てるためにお母さんの体は妊娠前と比べてどう変わるのかな？

日程	時間	持ち物
4月19日（日）	10:00～ 11:30	母子手帳 妊婦ノート 筆記用具
6月21日（日）		
8月23日（日）		
10月25日（日）		
12月20日（日）		
2月14日（日）		

妊娠8カ月頃

内容

新生児について学習し、産後の赤ちゃんのいる生活についてイメージしてみよう。

日程	時間	持ち物
5月24日（日）	9:30～ 11:30	母子手帳 こどもノート 時津町子育て支援 ガイドブック 筆記用具
7月26日（日）		
9月27日（日）		
11月15日（日）		
1月24日（日）		
3月14日（日）		

場所：時津町保健センター 健診室（時津公民館2階）

予約・お問い合わせ先：時津町こども家庭センター

電話 095-882-2796（国保・健康増進課）

受付時間 平日8:45～17:30

※申し込みは実施日の直前の平日までをお願いします。



妊婦さんはもちろん、パパやご家族も一緒に参加お待ちしております。

赤ちゃん人形の抱っこ体験や、パパの妊娠シミュレーター体験は待ち時間の際に実施できます。パパママ学級の中では実施しませんが、沐浴や赤ちゃんのお着換え、おむつ交換などの動画が下記のサイトで公開されており自由に視聴できます。ぜひご覧ください。

「公益財団法人 母子衛生研究会」チャンネル

(<https://www.youtube.com/channel/UCO7Ek-mZDuh-eJhu-Lbbvw/>)

