



かるがも教室(両親学級)への お誘い

村では、妊婦さんとパパのための両親学級を開催します。
助産師さんからじっくり丁寧に・・・
二人目以降のみなさんは、上のお子さんの子育てや、出産後の育児のことも・・・
阿智村で一緒に子育てをしていくみんなで交流しましょう。
みなさんのお越しをお待ちしています！

- *妊娠・出産について助産師からお話
- *マタニティヨガ
- *パパの妊婦体験 沐浴練習
- *ママの妊婦体操 腰痛予防の工夫
- *阿智村の制度や何でも相談
- ★授乳育児相談利用券を交付します。

令和8年度予定

日程
4月25日(土)
7月18日(土)
10月31日(土)
2027年1月23日(土)

◆場所：保健センター2階

◆時間：9：30～11：30

おひとりでの参加もOK！



※日程は変更になることがあります。

日程が近づいた際に、対象の方にはこちらからご通知します。