



令和7年度

# マタニティクラブのご案内



妊娠おめでとうございます。新しい命を授かり、楽しみなことや不安があるかと思います。マタニティクラブは、忠岡町にお住まいの妊婦さんやそのご家族の方が集う楽しい教室です。

いろいろな体験をしながら、赤ちゃんのいる生活をイメージしてみませんか？

地域の子育て情報が聞けるほか、保健師・助産師・管理栄養士・保育士に気軽に相談ができます。

ご出産が初めての方はもちろん、2人目や3人目の方もぜひお越しください♪



## 沐浴体験

【内容】

### \*沐浴体験\*

約3,000gの赤ちゃんのお人形とベビーバスを使っての沐浴体験が行えます。

「赤ちゃんの抱き方はこんな感じかなあ？」

「赤ちゃんの体はどうやって洗うの？」などなど…

赤ちゃんが生まれる前に体験してみよう♪

【日時】13時30分～15時30分頃

\*令和7年 4月25日(金) 6月27日(金)

8月29日(金) 10月31日(金)

12月19日(金)

\*令和8年 2月27日(金)

## 先輩ママたちとの交流会



【内容】

### \*出産後に利用できる教室を覗いてみよう\*

忠岡町ではお子さんが生後2か月～1歳頃まで利用できるベビーマッサージ教室「ベビマクラブ」を実施中♪どんな雰囲気か教室を見てみよう！

### \*先輩ママたちに聞いてみよう\*

「出産ってどんな感じ？」「妊娠中に準備しておいたほうがいいものって？」「育児グッズのおススメってなあに？」など、気になる疑問を聞いてみませんか？

【日時】

ベビマクラブ開催日のご案内となります。

日程については、右のQRコードを

読み取り、ご確認ください。

※お申込み時に、参加希望日をお伝えください。



●場 所：忠岡町保健センター（役場2階）

●持ち物：母子健康手帳

☆お車でお越しの際は駐車券をご持参ください。

●お申込み・お問い合わせ：

忠岡町保健センター

TEL：0725-22-1122

