

第4回

入場無料

いいお産の日

in AKITA

場所 道の駅 秋田港セリオン 2階 ポートシアター

日時 令和元年11月2日(土曜日) 10時~12時

対象 妊婦さん・お子さんのいるご家族

主催：一般社団法人 秋田県助産師会

問い合わせ先：会長 宮野 はるみ TEL 080-5563-5334

いのちの講座 紙芝居

「生まれてきてくれてありがとう」

新しい家族を迎える誕生の場面を、お姉ちゃんになる「ともちゃん」の心の変化に焦点を当て、母と子のふれあいや、家族の喜び、いのちの大切さをお伝えします。

10:30から

歪まないからだの使い方

「妊娠中から産後のセルフケア」

妊娠中はからだのバランスがくずれがち。正しい体重のかけ方や寝方、起き上がり方、座り方を体験してみませんか。

産後は赤ちゃんの抱っこでからだはこりがち。簡単なセルフケアでからだを整えよう。

第1部10:00から 第2部11:00から

手あそび 絵本の読み聞かせ

親子で一緒に簡単に遊べる手遊びを紹介します。

素敵な絵本の読み聞かせもありますよ。インスタ映えするフォトスポットもご用意しています。

妊婦・育児相談

妊婦さんの心や身体のこと、赤ちゃんの栄養や子育てなど、なんでもご相談ください。

体重・身長測定だけでもお気軽にどうぞ。

展示

県内の助産師がいる施設のご案内

展示 もう一度見直そう！

妊婦さん・赤ちゃんがいる家庭の

災害への備え