

プレママ・プレパパ教室

妊娠生活を楽しみながらより良いお産を迎えるために
赤ちゃんを迎える準備を助産師と一緒にしませんか？



9月23日(水・祝) 13時～15時

会場…秋田県ゆとり生活創造センター 遊学舎
研修室1・2 (秋田市上北手荒巻字堺切24-2)

対象…妊婦さんとパパ(出産予定日:令和8年11月～令和9年1月)
持ち物…母子健康手帳・筆記用具・飲み物など

★ 講座内容 ★

妊娠中の過ごし方
妊娠中の栄養
バースプラン

助産師による
お産劇

赤ちゃんのいる生活
赤ちゃんを迎える準備
赤ちゃんのお風呂

参加費:一家族 500円

定員:先着15組(8月24日9時～申込開始)

☆ご希望の方は、講座終了後
個別に妊婦体験・沐浴体験できます。



お申込みはこちらから

お問い合わせ先:一般社団法人秋田県助産師会 担当:ふるた

E-mail:yumikko1616@yahoo.co.jp TEL:090-6454-1334