



プレママ・プレパパ教室

出産予定日の近いプレママ・プレパパと交流し、
赤ちゃんを迎える準備を助産師と一緒にしませんか？

2024/

妊娠～出産編 **10/14** (月・祝)

出産～育児編 **11/23** (土・祝)

両日ともに

13:00-15:00

★ 参加は、1日でも両日でもOK



場所：遊学舎 (秋田市上北手 日赤病院近く)

申込フォーム

対象：妊婦さんと夫、パートナー

(出産予定日2024年12月～2025年2月上旬の方優先)

★ 参加者には、3月下旬に行われる参加者限定の交流会へ特別招待(無料)

10/14

妊娠～出産編



- ・妊娠中のおなかの赤ちゃんについて
- ・妊娠生活を楽しむための心と身体の整え方 (妊婦体験できます)
- ・出産のイメージができる助産師一座による「お産劇」
- ・赤ちゃんのお風呂 終了後に希望者は体験できます
- ・個別相談

11/23

出産～育児編



- ・子育てのイメージができる助産師一座による「産後劇」
- ・母乳育児のすすめ
- ・赤ちゃんを迎える準備(育児用品・心構えなど)
- ・赤ちゃんのお風呂 終了後に希望者は体験できます
- ・個別相談

定員 各回10組程度

参加費 500円(各回／1家族)

持ち物 母子健康手帳

希望者は
体験可！



沐浴体験



妊婦体験

主催 一般社団法人 秋田県助産師会

お問い合わせ先 一般社団法人 秋田県助産師会 古田まで yumikko1616@yahoo.co.jp

