

赤ちゃんを迎える準備を助産師と一緒に

令和7年度 プレママ・プレパパ教室

第1回：妊娠・出産編 9月27日（土）13時～15時

妊娠生活を楽しみながら 出産のイメージができ よりよいお産を迎えられるように バースプランについて夫婦で考えましょう。

第2回：育児編 11月1日（土）13時～15時

赤ちゃんのいる生活・共育がイメージできるよう 赤ちゃんを迎える準備（育児用品・心構え・母乳育児など）を夫婦でしましょう。

会 場：秋田県ゆとり生活創造センター遊学舎 研修室1
（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7年11月下旬～令和8年2月上旬）
定 員：各回10組（お申込開始：8月27日9時～先着順）
参加費：各回 1家族 500円

- ☆ ご希望の方は講座終了後 妊婦体験・沐浴体験できます。
- ☆ お申し込みは1日でも可。
- ☆ 母子健康手帳と筆記用具をご持参下さい。
- ☆ 3月下旬 参加者限定の交流会開催予定。（無料）

お申し込みはこちらから



主 催：一般社団法人 秋田県助産師会

問い合わせ先：yumikko1616@yahoo.co.jp （担当：古田）