

令和7年度 パパママくらぶ

年間スケジュール

会場は **H** 保健センター(ココロかさなるCCNセンター3階) **S** 巢南保健センター です
なお会場変更がある場合は予約の際にお伝えします

最新情報はこちら♪



日にち	受付時間 (所要時間)	メニュー	会場	日にち	受付時間 (所要時間)	メニュー	会場
R7年 4/21(月)	9:45~10:00 (2h)	育ママサロン	S	10/10(金)	13:15~13:30 (1.5h)	沐浴講座	H
4/25(金)	13:15~13:30 (1.5h)	沐浴講座	H	10/18(土)	13:00~13:20 (2h)	パパにもできる 楽なお産ストレッチ	S
5/17(土)	①12:40~12:50 ②14:00~14:10 (各1.5h)	パパ、妊婦さんに変身! 赤ちゃんをお風呂に入れてみよう!	H	11/10(月)	13:15~13:30 (2h)	ﾌﾚﾏﾏの赤ちゃんお世話講座	H
5/23(金)	13:15~13:30 (2h)	ﾌﾚﾏﾏの赤ちゃんお世話講座	H	11/15(土)	①12:40~12:50 ②14:00~14:10 (各1.5h)	パパ、妊婦さんに変身! 赤ちゃんをお風呂に入れてみよう!	H
6/2(月)	9:45~10:00 (1.5h)	産科医からのメッセージ ～赤ちゃんの命を守るために～	H	12/8(月)	9:45~10:00 (1.5h)	産科医からのメッセージ ～赤ちゃんの命を守るために～	H
6/4(水)	13:15~13:30 (1.5h)	沐浴講座	H	12/12(金)	13:15~13:30 (1.5h)	沐浴講座	H
6/14(土)	13:00~13:20 (2h)	パパにもできる 楽なお産ストレッチ	S	R8年 1/8(木)	13:15~13:30 (2h)	ﾌﾚﾏﾏの赤ちゃんお世話講座	H
7/2(水)	9:45~10:00 (2h)	育ママサロン	S	1/17(土)	①12:40~12:50 ②14:00~14:10 (各1.5h)	パパ、妊婦さんに変身! 赤ちゃんをお風呂に入れてみよう!	H
7/11(金)	18:30~18:40 (1.5h)	パパ、妊婦さんに変身! 赤ちゃんをお風呂に入れてみよう!	H	1/30(金)	9:45~10:00 (2h)	育ママサロン	S
7/25(金)	13:15~13:30 (2h)	ﾌﾚﾏﾏの赤ちゃんお世話講座	H	2/6(金)	13:15~13:30 (1.5h)	沐浴講座	H
8/6(水)	13:15~13:30 (1.5h)	沐浴講座	H	2/14(土)	13:00~13:20 (2h)	パパにもできる 楽なお産ストレッチ	S
9/4(木)	13:15~13:30 (2h)	ﾌﾚﾏﾏの赤ちゃんお世話講座	H	3/6(金)	18:30~18:40 (1.5h)	パパ、妊婦さんに変身! 赤ちゃんをお風呂に入れてみよう!	H
9/27(土)	①12:40~12:50 ②14:00~14:10 (各1.5h)	パパ、妊婦さんに変身! 赤ちゃんをお風呂に入れてみよう!	H	3/11(水)	13:15~13:30 (2h)	ﾌﾚﾏﾏの赤ちゃんお世話講座	H
10/7(火)	9:45~10:00 (2h)	育ママサロン	S	メニュー内容等、詳細は中面をご覧ください			

4月～8月のメニュー → 電話で3日前までに予約

9月以降のメニュー → Web 予約準備中!

※みずほすくすくナビ、HP でのご案内をお待ちください



予約・問い合わせ 瑞穂市こども家庭センター TEL 058-322-5670

参加したパパ・ママの声

夫婦でストレッチをしています!
お互いに声をかける!

パパにもできることが
わかった



赤ちゃんに早く逢いたい



たくさん質問が
できました

楽しく子育て
できそうです



妊婦体験で妻の大変さが分かった。
いたわりたい



パパママくらぶのおかげでなんと
かないそう!になりました。
わからないことが解消できました



☆ ご参加にあたってのお願い

- ・瑞穂市に住民票があるかたが対象の予約制講座です。
- ・妊婦さんの参加は36週以下のかたに限ります。
- ・医師より自宅安静の指示がでているかたは、安静を優先にお過ごしください。
- ・参加前に体温測定等、ご自身で体調確認をお願いします。
- ・適宜換気をしますのて、体温調節のための上着やひざ掛け等各自ご持参ください。
- ・教室参加中は適宜水分補給をしていただいて構いませんので、各自飲み物をご持参ください。
- ・欠席される場合はご連絡をお願いします。

＊みずほすくすくナビのダウンロードはこちらから＊



Appstore



Google Play Store



Web

