

令和8年度 母親学級のご案内

妊娠おめでとうございます。これから生まれてくる赤ちゃんへの期待や初めて迎えるお産に対する不安等で胸がいっぱいのことと思います。

玉村町では、お産について学び、妊娠期間を健康に過ごし、安心して出産を迎えていただけるように、母親学級を開催します。また同じ時期にお産を迎える妊婦さんとの交流の場にもなっていますので、気軽にお出かけください。

日程	1日目	2日目	受講の目安 (予定日)
春コース	令和8年 5月 8日(金)	6月 2日(火)	令和8年 6・7・8月
夏コース	8月 3日(月)	8月 28日(金)	9・10・11月
秋コース	11月 2日(月)	12月 1日(火)	令和8年・9年 12・1・2月
冬コース	令和9年 2月 1日(月)	2月 26日(金)	3・4・5月
内 容	自己紹介 母と子のお口と健康 妊娠中・産後の栄養について お産の経過と呼吸法	ママヘルプサービスの案内 赤ちゃんのお風呂とお世話 子育て支援センター案内	
持ち物	<ul style="list-style-type: none"> 母子手帳 筆記用具 ズボン等、楽な服装 飲み物(水分補給用) 	<ul style="list-style-type: none"> 母子手帳 初日に配布したテキスト (2日目のみ参加の方は受付時に配布) ズボン等、楽な服装 飲み物(水分補給用) 	<p>詳しくは玉村町 ホームページへ (申込フォーム)</p>  

申し込み

初日の2週間前までに
申込フォームで
お申し込みください

※申込期限を過ぎた方は
保健センターへご連絡ください

時 間

9:30 ~ 12:00
(受付)
9:20 ~ 9:30

パパと2人での参加、
どちらか1日のみの
参加も受け付けて
います♪

【会場・お問い合わせ先】

玉村町保健センター TEL 0270-64-7706

