



令和4年度 パパママ教室のご案内

北区役所子どもはぐくみ室では、妊娠中のお母さんの健康と赤ちゃんの健やかな発育を願って、パパママ教室を開催しています。

赤ちゃんのいる生活について、学習や体験を通して一緒にイメージしてみませんか。
お父さんもこの機会にぜひ育児について一緒に学習しましょう！

健康のお話編

- **栄養士の話**
「妊娠中の食べ物」
- **助産師の話**
「妊娠から産後の過ごし方とお産」
- **パパの妊婦体験**



赤ちゃんとの暮らし編

- **歯科衛生士の話**
「ママと赤ちゃんの歯」
- **保健師の話**
「赤ちゃんのいる生活」
- **パパの妊婦体験**



赤ちゃんのお世話体験編

- **沐浴体験**
- **おむつ替え、着替え体験**
- **パパの妊婦体験**



【実施日程】

健康のお話編	赤ちゃんとの暮らし編	赤ちゃんのお世話体験編	
5月13日(金)	6月10日(金)	7月 8日(金)	8月12日(金)
9月 9日(金)	10月14日(金)	11月11日(金)	12月 9日(金)
1月13日(金)	2月10日(金)	3月10日(金)	

【内容】

時間	13:30~14:40(受付 13:15~) 「赤ちゃんのお世話体験編」は2部制 ①13時30分~、②14時30分~
場所	北区役所(西庁舎)2階 講堂
申込み	☆予約制(定員10名)☆ 京都市HP(右下QRから)申込フォームもしくは お電話(Tel.432-1454)でも受付可。 ※予約は教室実施月の前月第1営業日から開始
参加費	無料
持ち物	母子健康手帳、筆記用具 冊子「赤ちゃんといっしょ」 冊子「妊産婦・乳幼児のための災害時の備え」

- ☆ 令和4年8月実施分から、対面開催となります(以前はオンライン)。
- ☆ 当日は体調を確認(検温)のうえご来所ください。
- ☆ 3回1クールですが、パパママ共にとの回からでも参加可能です!
- ☆ 「赤ちゃんのお世話体験編」は2部制となり、教室前々日までいずれの時間帯での受講かを御連絡いたします。

☆ 【申込はこちら】⇒⇒



お問い合わせは、北区役所 保健福祉センター
子どもはぐくみ室子育て相談担当(Tel 432-1454)へ♪

(R4.6月未発行)