



令和5年度 子育て・親育ち応援事業

# Welcome あかちゃん講座



妊娠おめでとうございます。妊娠、出産、子育てを迎え、不安や心配はありませんか？  
南砺市子育て支援センターでは、妊娠期から出産、子育て期の切れ目のない支援を目指し、安心して子育てができるよう講座を開催しています。そこで、母子保健の専門家の講座を聞き、妊婦体験や沐浴体験を通して、ご家族で子育ての役割を考えてみませんか。

《対象者》 妊婦さんとパートナー

《内 容》  
○妊婦体験・沐浴体験  
○保健師講座



- ・胎児の成長について
- ・妊娠や出産による女性の心身の変化について
- ・パートナーと子育てをする重要性

○助産師講座

- ・出産時にパートナーができること
- ・授乳期の赤ちゃん和妈妈の体について

○産後ケア・産後ヘルパー事業について

《持ち物》 ・とやまパパBOOK・水分補給できるもの



## 【日 時】

|     | 月 日            | 時 間                               | 場 所                 |
|-----|----------------|-----------------------------------|---------------------|
| 第1回 | 令和5年 5月14日 (日) | 午前 9時30分～<br>11時30分<br>(受付 午前9時～) | 子育て支援センター<br>「たんぽぽ」 |
| 第2回 | 8月20日 (日)      |                                   | 子育て支援センター<br>「きらきら」 |
| 第3回 | 11月12日 (日)     |                                   | 子育て支援センター<br>「たんぽぽ」 |
| 第4回 | 令和6年 2月25日 (日) |                                   |                     |

※子育て支援センターは午前9時～午後4時まで利用可能です

◎南砺市子育て支援アプリ「なんとHug」より案内が届きます  
二次元コードから事前予約をお願いします



### 【問い合わせ】

子育て支援センター「たんぽぽ」

(福野ひまわり保育園併設)

住所：南砺市百町 101-1

Tel.(0763)22-8230

子育て支援センター「きらきら」

(認定こども園井波にしいる保育園併設)

住所：南砺市山見 2000-14

Tel.(0763)82-7812