



～妊婦とそのご家族の方へ～

マタニティ教室のご案内



令和7年

令和8年

7月13日（日）・11月9日（日）・3月8日（日）

時間 9時30分～13時30分（受付9時00分～）
場所 世羅保健福祉センター（世羅町大字本郷947番地）
持参物 母子健康手帳・エプロン・三角巾

タイムテーブル

9時00分～	受付
9時30分～	助産師による講話（分娩時の呼吸法・沐浴演習・乳房ケア等）
11時30分～	健康増進室：運動指導士によるマタニティヨガ 調理室：栄養士と簡単クッキング
13時00分～	和室：昼食 世羅町の子育て支援サービスの紹介
13時30分	終了
その他	会場に妊婦体験、乳幼児向けおもちゃコーナーを設置しています。助産師や保健師への個別相談も随時受け付けます。



感染症予防のため、同居の家族等に発熱・咳等の症状がある場合は、事前に子育て支援課までご相談ください。

開催日の3日前までにお申込みください。その際、食物アレルギーのある方は、担当者にお申し出くださいますようお願いいたします。

【お申込み・お問合せ先】
子育て支援課 子育て支援係
（子育て世代包括支援センターだっこ）

☎0847-25-0295 ☒kosodate@town.sera.hiroshima.jp