

バース コース

パパも
おすすめ

- ・出産の流れについて
 - ・産後の心と身体
 - ・出産時の夫や周囲の役割
 - ・家事育児分担について
- etc

～おすすめポイント！～

お産に向けての心構えや夫の役割、産後の身体や生活について、開業出張専門助産師として活動する八重樫重子さんを中心にいろいろなお話が聞けます。
男女共同参画サポーターが来てパパ向けのお話もします！

開催日時

受付 13:15～ 講座 13:30～15:30 まで
※対象 概ね妊娠7か月以上の方



ベビーカー コース

パパも
おすすめ

- ・家族の歯の健康について
 - ・子育て情報について
 - ・沐浴、抱っこ体験
- etc

～おすすめポイント！～

妊娠中から知っておきたい子どものむし歯予防について歯科衛生士からのお話が聞けます。保育園等の情報に詳しい子育てコンサルジュも来ます！
また、赤ちゃんの人形を使って実際に沐浴体験する時間があります。

開催日時

受付 13:15～ 講座 13:30～16:00 まで

土曜日開催も
あります！



おっぱい コース

ママ対象

- ・母乳について
 - ・赤ちゃんの抱き方
 - ・妊娠中の食事
 - ・妊娠中のマイナートラブルについて
- etc



～おすすめポイント！～

管理栄養士から妊娠中から知っておきたい食事のことや助産師から母乳についてのお話が聞けます。授乳の時の赤ちゃんの抱き方についても学べます！
開業出張専門助産師として活動する八重樫重子さんが講師です。

開催日時
受付 13:15～ 講座 13:30～15:30 まで



★各コース自由体験コーナー★

- ・パパの妊婦体験
- ・赤ちゃん人形抱っこ体験
- ・沐浴グッズ、赤ちゃん衣類展示

etc

産前教室について北上市のホームページ
に掲載しています！

※開催中止のお知らせや来年度の日程等、
最新情報はホームページ、北上市子育て
LINE で確認できます。

