

令和8年度 こんにちは赤ちゃんクラブのご案内

～赤ちゃんを迎える準備を始めましょう～



大洲市では妊婦さんやそのご家族を対象に母親学級を実施しています。
パパの参加も大歓迎です。出産予定日に関係なく、参加できる日程にぜひお越しください。妊娠や出産・子育てのことについて楽しく学びましょう。

【こんにちは赤ちゃんクラブの日程】

プログラム	時間	日程			
日中編	13:30～15:30 (受付 13:15から)	4/24 (金)	7/24 (金)	10/23 (金)	1/22 (金)
夜間編	19:00～20:00 (受付 18:50から)	5/22 (金)	8/21 (金)	11/27 (金)	2/12 (金)

日中編

『出産にむけての準備をしよう』
♥先輩ママとの交流会があります♥

〈対象者〉 プレママ、プレパパ
〈内容〉 妊娠中や産後に気を付けること
妊娠中の栄養についてのお話
赤ちゃんの抱っこ方法
先輩ママと赤ちゃんとの交流会

〈持参品〉 母子健康手帳、筆記用具

夜間編

『沐浴の体験をしてみよう』
♥パパの妊婦体験もあります♥

〈対象者〉 プレママ、プレパパ
〈内容〉 沐浴の体験
赤ちゃん人形を用いて練習します♪
パパの妊婦体験

〈持参品〉 母子健康手帳、エプロン、タオル、
スマホ（カメラ）

【申し込みについて】

こんにちは赤ちゃんクラブは、予約制です。
参加を希望される方は、下記のとおり申し込みください。

- 場所：大洲市こども家庭センター（大洲市総合福祉センター2階）
- 予約期日：開催日の1週間前まで
- 天候等の都合により、日程を変更する場合があります。



予約先：大洲市こども家庭センター ☎ (0893) 57-6710