



プレママ・プレパパ クラス



野木町では、安心した妊娠生活、出産、育児のため、プレママ・プレパパクラスを行っています。アットホームな雰囲気、妊婦さん同士の友だちづくりににもよい機会となっています。

初産婦さんも、経産婦さんも、ぜひご家族も誘ってお気軽にお越しください。どの回からでも参加可能です。

※ 要予約、3日前までにお申し込みください。来所の際には、母子健康手帳をお持ちください。

	開催日	内容	備考
第1回	令和7年 ★4月17日(木) ★7月4日(金) ★10月10日(金)	★妊娠中と産後の食生活 ＜町管理栄養士＞	☆受付 午前9:00～9:15 ☆時間 午前9:15～11:30 ☆場所 保健センター
	令和8年 ★1月22日(木)	★妊娠中と産後の過ごし方 ～健康な毎日を送ろう～ ＜助産師＞	
第2回	令和7年 ★4月24日(木) ★7月18日(金) ★10月24日(金)	★赤ちゃんの健康管理と お世話のしかた ＜町保健師＞	☆受付 午前9:00～9:15 ☆時間 午前9:15～11:30 ☆場所 保健センター
	令和8年 ★1月30日(金)	★お産の経過と呼吸法・補助動作 ～安心してお産に臨もう～ ＜助産師＞	

※ ご本人およびご家族が体調良好の方のみ、ご参加ください。

災害等、その他やむをえない事情（感染拡大等）が発生した場合は、クラスの中止や延期などをさせていただくことがあります。その際は、ホームページ等でお知らせいたします。



【お問い合わせ先】

野木町役場健康福祉課健康増進係

母子保健担当 TEL 57-4171