



# 令和8年度「パパママ学級」



ご妊娠おめでとうございます。長泉町では生まれてくる赤ちゃんのために、お父さんとお母さんが楽しく育児できるよう「パパママ学級」を開催いたします。出産編・育児編で体験もできる内容も異なりますのでぜひお出かけください。  
すべて申し込み制です。各回、実施月の1日から1週間前までに申し込みをお願いいたします。  
対象出産予定日はあくまで目安です。参加人数によっては対象月前後の受講が可能な場合がございます。  
お電話にてご相談ください。

	内容	時間								持ち物
出産編	◆管理栄養士講話 「妊娠・授乳中の栄養」 ◆妊娠中の生活について (妊娠後期・出産の流れについて) ♪ブレパパの妊婦家事体験 ♪ブレパパママの交流会	15:00 ～ 17:00  ※1・2月 16:30 ～ 18:30	開催日	4月17日(金)	5月15日(金)	6月19日(金)	7月17日(金)	8月28日(金)	9月18日(金)	母子健康手帳 父子健康手帳 筆記用具 スリッパ
			対象 出産予定日	令和8年 9月	令和8年 10月	令和8年 11月	令和8年 12月	令和9年 1月	令和9年 2月	
			開催日	10月16日(金)	11月6日(金)	12月4日(金)	R9年1月22日(金)	R9年2月19日(金)	R9年3月19日(金)	
			対象 出産予定日	令和9年 3月	令和9年 4月	令和9年 5月	令和9年 6月	令和9年 7月	令和9年 8月	
育児編	◆歯科医師講話 「親子の歯科保健」 ◆保健師講話 ◆赤ちゃんのお風呂について ♪おむつ交換等の練習 ♪沐浴練習	18:30 ～ 20:10	開催日	4月24日(金)	5月22日(金)	6月26日(金)	7月24日(金)	8月28日(金)	9月25日(金)	持ち物
			対象 出産予定日	令和8年 7月	令和8年 8月	令和8年 9月	令和8年 10月	令和8年 11月	令和8年 12月	母子健康手帳 父子健康手帳 筆記用具 スリッパ バスタオル
			開催日	10月23日(金)	11月27日(金)	12月18日(金)	R9年1月29日(金)	R9年2月26日(金)	R9年3月19日(金)	(出産編に参加された方は その時の配布 資料をすべて お持ちください)
			対象 出産予定日	令和9年 1月	令和9年 2月	令和9年 3月	令和9年 4月	令和9年 5月	令和9年 6月	

【問い合わせ】 健康増進課：055-986-8760 会場：ウェルピアながいすみ2階多目的室  
※内容が予告なく変更になる事があります。詳細はHP/広報ながいすみをご覧ください。  
※警報等悪天候や震災等が発生時や感染症流行状況により、  
内容の変更・中止する場合がございますのでご了承ください。

【予約フォーム】

〈<https://logoform.jp/form/uQQL/468224>〉

