

産前・産後の過ごし方を  
イメージしよう！



# ★パパママ学級★

妊娠おめでとうございます。朝日町のパパママ&ご家族を対象にサポート講座を開催します。赤ちゃんを迎えるための準備として、パパママ&ご家族でご参加ください。

## 1. 実施日：

学級開催日	対象妊婦さんの出産予定日	会場	時間
2026.4.20 (月)	2026. 6. 1~2026. 9.30	役場本庁舎内	午後7時~9時
2026.8.24 (月)	2026.10.1~2027. 1.31	役場本庁舎内	午後7時~9時
2026.12.14(月)	2027. 2. 1~2027. 5.31	役場本庁舎内	午後7時~9時

※会場については、開催日約1か月前に詳しくご案内いたします。

## 2. 対象：朝日町在住のパパママ&ご家族の皆様

### 3. 内容：① 講話 & 相談

◆産前・産後の過ごし方、子育てとおっぱいについて、など

講師：母子保健コーディネーター 鈴木 正子氏

② 体験 赤ちゃんのおむつ替え&着替え

赤ちゃん人形を使った沐浴体験

③ 朝日町子育てサービスのご紹介

赤ちゃんを迎えるための心の  
準備してみませんか？



## 4. 持ち物：母子健康手帳

## 5. 参加費：無料

パパママどちらか一方の参加も大歓迎です♪お気軽にお越しください♪

★対象日が近くなりましたら、個別にご案内をお送りしますので、ぜひご覧ください♪

★参加者が多い場合は日程を分散して開催します。

★感染症流行状況により事業内容の変更がある場合があります。

【問合せ先】朝日町役場 健康福祉課 こども家庭センター 電話：84-7755