

助産師が
対応

令和7年度

個別マタニティ レッスンのご案内

個人的に相談したい！

感染防止で産院の
母親学級が受けら
れない…。

授乳や赤ちゃんの
お風呂はどのよう
にやるのかしら？



陣痛が来たら
どうやって
過ごすの？

赤ちゃんとの
生活ってどんな
感じなの？

妊娠おめでとうございます。赤ちゃんの誕生が待ち遠しいですね。
寄居町すくすくテラスでは、妊娠中の心配事をひとつでも少なくして赤ちゃんの
誕生を迎えて欲しいと思い、個別のマタニティレッスンを行っています。

<実施日>

☺ 午後コース：月曜日 ①13:30～14:30 ②14:45～15:45
4/21 6/23 8/25 10/27 12/22 2/16

☺ 午前コース：金曜日 ①9:30～10:30 ②10:45～11:45
5/23 7/25 9/26 11/28 1/23 3/27

<場 所> 寄居町役場 2F 子育て支援課までお越しください

<対 象> 町内在住の妊婦とご家族

<申込み> 寄居町こども家庭センター
すくすくテラス(048-580-4040)へ
事前にご予約ください



裏面もあります

＜持ち物＞ 母子健康手帳

＜受講できる内容＞

-  妊娠中の過ごし方：栄養、体重管理、妊娠中のマイナートラブル等
-  出産について：陣痛が来てからの過ごし方、分娩の経過、心構え等
-  母乳について：乳房の手入れ、授乳の仕方等
-  赤ちゃんの物品準備について
-  人形を使用した育児体験：抱っこ、おむつ交換、更衣等

※受講時間が限られていますので、ご予約の際に特に知りたいことをお聞きます

＜受講される際の注意点＞

体調不良の時は無理をせず、別の日程をご相談ください。

**オンラインで行うこともできます。
ご不明な点がございましたら、お気軽に
お問い合わせください。**

 **寄居町こども家庭センター**
すくすくテラス(048-580-4040)

