

赤ちゃんがやってくる！

参加無料

プレママパパの会

妊娠期から使える
サービスについても
ご説明しますよ

うれしい妊娠出産ですが、体調の変化や生活の変化、
大きな変化が起きるときでもあります。

とまどいや不安があるのは当たり前！

初めても2回目も関係ありません。

出産後イメージしながら、少しでも不安の軽くなる

お手伝いができたらいいな



1. 日程・内容など（平日、日曜日は午前開催）

日にち	時間	講師	内容
4/11（土）	13：00～14：00	助産師	沐浴体験、産後の暮らしについて
5/23（土）	13：00～14：00	スタッフ	先輩ママパパとの交流会
6/27（土）	13：30～14：30	ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ	マタニティヨガと妊婦ジャケット体験
7/25（土）	13：00～14：00	スタッフ	先輩ママパパとの交流会
8/30（日）	10：30～11：30	助産師	沐浴体験、産後の暮らしについて
9/26（土）	13：00～14：00	スタッフ	先輩ママパパとの交流会
10/17（土）	13：30～14：30	ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ	マタニティヨガと妊婦ジャケット体験
11/21（土）	13：30～14：30	助産師	沐浴体験、産後の暮らしについて
12/19（土）	13：30～14：30	ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ	マタニティヨガと妊婦ジャケット体験
R9/1/23（土）	13：00～14：00	スタッフ	先輩ママパパとの交流会
2/21（日）	10：30～11：30	助産師	沐浴体験、産後の暮らしについて
3/27（土）	13：00～14：00	スタッフ	先輩ママパパとの交流会

2. 対象

名古屋市在住の安定期に入った妊婦さんとその家族 6組

ご予約はこくちーずから



※開催日時、内容と変更になることがあります。

お気軽にお問い合わせください♪

名古屋市子育て応援拠点

おやこっこ なか



錦アクシスビル2階



ブログ



Instagram



名古屋市中区錦3丁目2-32 錦アクシスビル2階

（久屋大通駅、丸の内駅から徒歩5分、駐車場はありませんので、近隣のコインパーキングをご利用ください。）

運営：NPO 法人名古屋おやこセンター

電話：052-228-8464

開所時間：9～15時（木日祝日休み）