



加美こっこ教室(産後)

ご出産おめでとうございます。赤ちゃんとの暮らしはいかがでしょうか？

加美こっこ教室(産後)は、赤ちゃんとの接し方、母乳のこと、ママの身体のケアについて、助産師さんに相談できるチャンスです。ぜひ、赤ちゃん・パパ・ママそろって参加してみませんか？

教室の内容について

- ♪お家で気軽にできる赤ちゃんマッサージ
- ♪産後のママのボディケア
- ♪産後の食事のポイント
- ♪パパに知ってほしい産後のこと
- ♪赤ちゃんのお兄ちゃん・お姉ちゃんとの関わり方など



少人数でゆったりと参加できる教室です。



開催日程

産後対象 *出産後2~3か月頃がベストです			
令和7年	4月	25日(金)	10月 31日(金)
	5月	30日(金)	11月 28日(金)
	6月	13日(金)	12月 19日(金)
	7月	25日(金)	令和8年 1月 30日(金)
	8月	29日(金)	2月 27日(金)
	9月	26日(金)	3月 27日(金)

- ◆ 時間 : 10:00~11:30
- ◆ 場所 : 中新田福祉センター 集会室
- ◆ 講師 : ははこっこ助産院 助産師 加藤 道子さん
- ◆ 料金 : 無料
- ◆ 持ち物 : 母子手帳・バスタオル

※予約制になります(先着5名程度)

〈参加された方の声〉

- ・悩みを共有でき、私自身とでもリフレッシュできました。
- ・同じ月齢の赤ちゃんに会えてよかったです。
- ・先輩お母さん方からの体験談も聞くことができよかった。

〈予約・問い合わせ先〉

加美町こども家庭センター 電話 87-8020

