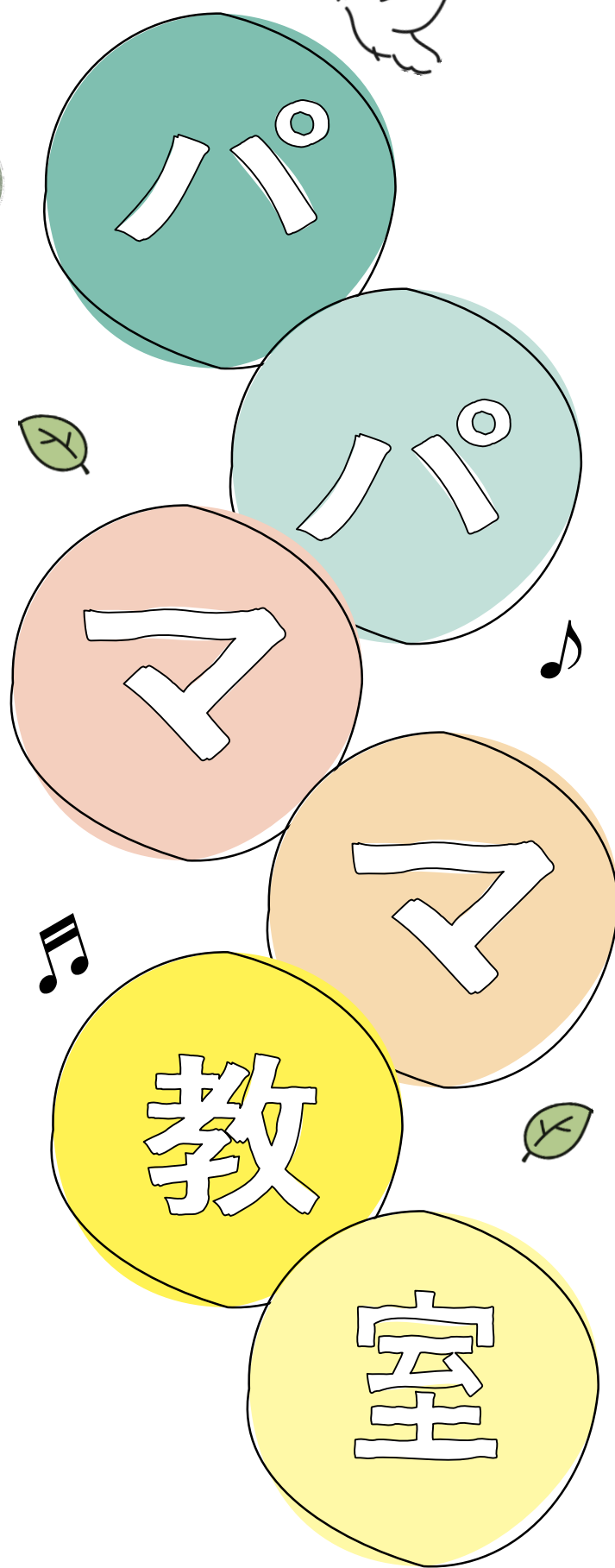


くじゅうくりまち



場所

九十九里町保健福祉センター

日時

事前予約制

月、金（土・日・祝日除く）8時30分～17時15分

主要内容

参加される方々と
保健師のみで行います！

出産までの準備について

- 妊娠中の食事
- 入院までに準備すること
- お産の進み方



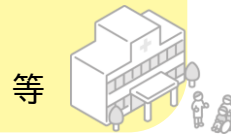
赤ちゃんについて

- 赤ちゃんのからだの特徴
- 着替えの仕方
- おむつの替え方
- お風呂の入れ方



もしもに備えて

- #8000
- こどもの救急
- Know VPD！



生まれた時の手続き

- 出生届
- 児童手当
- 子ども医療費助成
- 子育て応援給付金



使用している資料

資料のみ送付
も可能です！

- 妊婦さんの食事ガイド
- ママパパ学級テキスト
- お産の兆候とタイミング
- お産の進み方
- 産前産後のママのこころ
- こころの栄養～絵本っていいな～
- 赤ちゃんのスキンケア
- 赤ちゃんが股関節脱臼にならないよう注意しましょう
- 保健福祉サービスの紹介

予約日時

パパママ教室

午前

月

日 ()

午後

時

分

☎ 電話予約

事前予約制

TEL **0475-70-3182**

月～金(土日・祝日除く)8:30～17:15

場 所



九十九里町保健福祉センター

【お問い合わせ】

九十九里町役場 健康福祉課健康指導係