

プレママ学校



出産前の今だからできること・・・
 知っておきたいこと・・・
 安心につながる学びをお手伝いします。
 共に学んで、家族で赤ちゃんを迎える準備をしましょう。
小学校での給食体験、先輩パパの体験談
 など盛りだくさん！

プログラム

時間：午前 10 時～正午

※ただし第 2 回目のみ午前 10 時 25 分～12 時 10 分

回	日	テーマ	講師	会場
1	9/18 (水)	【ようこそ！プレママ学校へ】 <u>オリエンテーション</u> マタニティライフも産後の育児も一緒に楽しみ、共有できるママ友をつくりましょう！	みらいず works 小見 まいこさん	新潟小学校
2	10/4 (金)	【5年生と学ぶ いのちの授業】 お腹の中で胎児はどのように育つのか？新潟小学校5年生と一緒に生命の誕生について学びます。 希望者のみ、新潟小学校のおいしい給食体験あり！	助産師 齊藤 里佳さん 新潟小学校の先生	
3	10/12 (土)	公開講座 ※この回のみ参加可 プレパパの参加大歓迎！ 【忙しいパパにもできる！産後のサポート】 産後の夫婦は、不安も悩みもいっぱい！お互いの気持ちに寄り添うために大切なことは何か？ 先輩パパママから学び、夫婦一緒に考えてみましょう！	助産師 齊藤 里佳さん 先輩パパ	中央公民館
4	10/23 (水)	【先輩ママ(昨年度受講生)に聞いてみよう！】 気になるあれこれ…ささいなことも先輩ママに聞いてみよう！先輩ママの話を聞いて、心も体も準備しよう。	新潟中央おやこ劇場 副代表 井部真由美さん	

対象：出産前の方 先着20人 ※第3回のみ参加も可
 参加費：なし（ただし、第2回は希望者のみ給食代がかかります）
 持ち物：飲み物、筆記用具、内履き

同じ悩みを持つ妊婦さんたちと話ができて、悩んでいるのは自分だけじゃないと思い、前向きになりました。

産後の生活が不安でしたが、講座でイメージが持てました。妻と色々話をしていきたいと思いました。

参加して、パパになる実感がわいてきました。考え方も変わりました。今、一番大変な妻を少しでも支えられるよう頑張ります。

夫と一緒に話を聞いて具体的に考える機会が持てて良かったです。実際に先輩パパ・ママと話ができて参考になりました。

申し込み

7/24 (水) 午前9時 から 電話 または インターネットで受付

★電話の場合 中央公民館 (TEL: 025-224-2088)

★インターネットの場合 携帯からはバーコードリーダーで

★パソコンからは

検索



スマートフォン用

【第1・2回会場のご案内】

新潟市立新潟小学校

新潟市中央区東大畑通1番町679番地 ☎025-228-3059

【交通のご案内】

バス…JR新潟駅万代口より 古町方面行き乗車

古町または西大畑下車 徒歩3~5分

※駐車場はございませんので、公共交通機関の利用をお願いします。



【第3・4回会場のご案内】

新潟市中央公民館

(クロスパルにいがた)
〒951-8055

新潟市中央区礎町通3ノ町2086番地

TEL: 025-224-2088

FAX: 025-223-4572

Mail: chuo.co@city.niigata.lg.jp



●バス…バス停礎町下車。そこから徒歩3分です。
●車…駐車場台28台有。受付の機械処理で最初の30分無料になります。以後30分ごとに150円。

主催・問い合わせ