



2026年!

我が家に

赤ちゃんが来る!

赤ちゃんを
迎える前に…

我が家家の家事育児の
役割分担を考えてみましょう。

(齊藤助産師さん)

赤ちゃんと
一緒に暮らす

パパの育児休業の取得時期や
過ごし方は人それぞれ、
育児休業中の日常について

(先輩パパ)

赤ちゃんを
迎える準備…

パパママの仕事、家庭、
+赤ちゃんの準備…
同時進行で気を付けたいこと

(先輩パパ)

《体験コーナー》
・妊婦ジャケット

期日

2月28日(土)

時間

10:00~12:00

場所

新潟市関屋地区公民館



講師：開業助産師
齊藤里佳さん

お話：先輩パパ3名
(昨年度の安産教室参加者)

対象：妊娠中の方とそのパートナー12組（おひとりでの参加も可）

参加費：無料

申込締切：令和8年2月8日(日)

申し込み方法は裏面をご覧ください。

安産教室
パパになる準備