



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)

赤ちゃんと  
一緒に暮らし

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)

《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