みのかも 4/15
No. 862 Apr. 2008

仲間づくりに マタニティ・クラス

◇とき・内容

○5月1日（木） 午前9時30分～午後2時
妊娠中の食事についての話・マタニティクッキング・子どものけが、事故予防について

○6月26日（木） 午後1時30分～4時
お産、おっぱいの話・お母さん、赤ちゃんの歯の話・お口のチェック

○7月8日（火） 午前9時30分～正午
子育て中のお母さん、赤ちゃんとの交流・子育てサービスについて

◇ところ 保健センター
※7月8日は中部台公民館で行います

◇対 象 市内在住の人

◇定 員 20人（先着順）

◇申込み 直接または電話で健康課へ
※託児を希望される人は、申込時にお知らせください

健康課 内線388

2人で仲良く！ もうすぐパパ・ママ教室

初めてパパ・ママになる人を対象に実習・体験形式の教室を開催します。

◇と き 5月18日（日）
午前9時～正午

◇ところ 保健センター

◇内 容 妊娠・出産、父親の役割について、夫婦で行う妊婦体操・リラクゼーション法、沐浴（もくよく）実習など

◇定 員 12組（先着順）

◇申込み 4月28日（月）から、直接または電話で健康課へ

健康課 内線388