



# 令和5年度 妊婦さん集まれ～

## プレママタイム・プレママ&パパタイムのご案内

総社市つどいの広場では、妊婦さんと家族の方を対象に「プレママタイム」や「プレママ&パパタイム」を開催しています。ぜひご利用ください。

※日程、テーマ等は都合により変更する場合がありますので、毎月発行するお便りをご覧ください。  
※予約は必要ありませんので、直接広場へおこしください。  
※ご不明な点は、各問い合わせ先へご確認ください。



### (1) プレママタイム (10時～12時)

広場の名前(場所)	なかよし広場 こっこ (きよね夢てらす)	ちびっこ広場 (山手保健センター)
開催日  ※テーマは、毎月のお便りでご確認ください。	4月26日(水)	4月11日(火)
	5月24日(水)	5月9日(火)
	6月28日(水)	6月13日(火)
	7月26日(水)	7月11日(火)
	8月23日(水)	8月8日(火)
	9月27日(水)	9月12日(火)
	10月25日(水)	10月10日(火)
	11月22日(水)	11月14日(火)
	12月27日(水)	12月12日(火)
	1月24日(水)	1月9日(火)
	2月28日(水)	2月13日(火)
	3月27日(水)	3月12日(火)
問い合わせ先	(0866) 95-2027	(0866) 93-9834

### (2) プレママ&パパタイム (両親学級) (受付開始10時~/開始時間10時15分～12時)

広場の名前(場所)	なかよし広場 ぴよっこ (天満屋ハピータウンリブ総社店3階)
開催日 及び 「テーマ」	4月8日(土)「いざ出産！入院の準備から退院まで」
	5月13日(土)「お産後のママのからだと赤ちゃんのお世話の仕方」
	6月10日(土)「妊娠中の身体と心、赤ちゃんグッズの揃え方」
	7月8日(土)「赤ちゃんをお風呂に入れてみよう！」
	8月12日(土)「いざ出産！入院の準備から退院まで」
	9月9日(土)「お産後のママのからだと赤ちゃんのお世話の仕方」
	10月14日(土)「妊娠中の身体と心、赤ちゃんグッズの揃え方」
	11月11日(土)「赤ちゃんをお風呂に入れてみよう！」
	12月9日(土)「いざ出産！入院の準備から退院まで」
	1月13日(土)「お産後のママのからだと赤ちゃんのお世話の仕方」
	2月10日(土)「妊娠中の身体と心、赤ちゃんグッズの揃え方」
	3月9日(土)「赤ちゃんをお風呂に入れてみよう！」
問い合わせ先	(0866) 31-7686