

産前からの切れめのない子育て支援
プレママ・プレパパ

Zoom アプリで
オンライン講座

みんなで赤ちゃん を迎えよう！

待ちにまったかわいい赤ちゃんの出産。

これからママとパパになる家族と一緒に参加する講座です。

ワークショップでは、講師の先輩ママやプレママ・プレパパ同士で、出産や育児のことを話しながら、赤ちゃんを迎える準備をみんなで♪

また、出産後の生活がこんなに大変だと思わなかった…。との先輩ママの声を受けて、オンライン講座では、産後のママの体や心の変化、赤ちゃんの生活リズム、パパの心の準備について話します。

第1回

2020年11月22日(日)

パパも一緒に
マタニティフォト
を自分のカメラで撮ろう！
ステキな撮影小物あり



第2回

2020年12月6日(日)

オンライン講座
「産前産後の母体の
ホルモンバランス
について」

第3回

2021年1月31日(日)

オンライン講座
「産後の生活について。
パパはなにをすればいい？」

第4回

2021年2月7日(日)

エコー写真で
スクラップブック作り



第5回

2021年3月7日(日)

ママとパパの手形アート
赤ちゃんがうまれたら完
成するよ！



【時間】 10時～12時 【参加費】 無料（材料費は別途必要）

【対象】 赤ちゃんを迎えるプレママとプレパパ

【定員・場所・講師】

第1・4・5回 各10組/つどいの広場 ほっとルームぐるんぱ2階（和歌山市福島487ルミノールソふるい）/
先輩ママ

第2・3回 各20組 / zoom アプリを利用したオンライン講座 /
山田ゆかり先生（和歌山県立医科大学大学院保健看護学研究科・助産師）

【申込先】 きのくに子どもNPO TEL (073-452-7710)

E-mail (kinokuni.kodomo@nifty.com)

主催：和歌山県 企画・運営：特定非営利活動法人 きのくに子どもNPO

