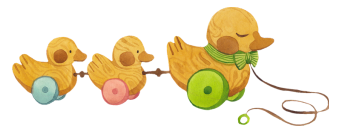


# ウェルカムベビークラス

産後どのように生活・育児したらいいかわからない。  
 子どもが産まれたけど、どうやって遊んでいいかわからない。  
 そんな悩みはありませんか？  
 妊娠中のご家族、子育て中のご家族と一緒に受講できる講座です。  
 子育てするご家族みなさんでご参加ください。

**対象** 1歳未満のお子さんのママ、パパとそのご家族

**日程** 10:00～12:00（受付9:30～）



開催日	令和8年6月28日(日)	9月27日(日)	12月20日(日)	令和9年3月14日(日)
申込期限	6月24日(水)	9月24日(木)	12月16日(水)	3月10日(水)

**場所** 牛久市保健センター

**内容**

《前半》 10:00～ 妊娠・出産・産後の振り返り  
 10:45～ 赤ちゃんのもしもの時の対応、抱っこの仕方、  
 赤ちゃんとの遊び方

《後半》 11:15～ パパ同士、ママ同士の交流  
 （お部屋を分けて実施）  
 11:45～ まとめ、希望に応じて個別相談



**持ち物** 母子健康手帳、筆記用具、飲み物  
 （保健センター内に自動販売機がございません。各自ご持参ください）

**申込方法** 下記お問い合わせ先へご連絡いただくか、申し込み用QRコードを読み込み、必要事項を入力の上送信してください。

## お申込み・お問い合わせ先

牛久市 こどもの未来応援センター「すまいる」  
 ☎029-870-5657（直通）  
 平日（月～金）8:30～17:15

申し込み用QR

