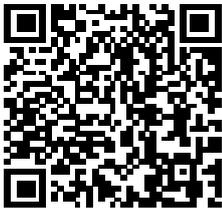


これから赤ちゃんを迎えるご家庭や赤ちゃんのお世話をする方へ

父親・母親教室の内容を一部動画で紹介しています。



QRコード



父親・母親教室 1日目
助産師からの話

寒川町 全編23分
父親・母親教室
【お産編】

妊娠中からやっておきたい3つのこと

1. あぐらの姿勢 で過ごしましょう
2. 呼吸法 の練習をしましょう
3. 猫のポーズ で骨盤周りを柔軟に!

授乳編

1. 授乳の姿勢・ポイント
2. 授乳中のおっぱいのトラブルとは

QRコード



父親・母親教室 4日目
パパも一緒に赤ちゃんのおふろ

(動画：赤ちゃんのおふろとスキンケア、
準備編・沐浴編・スキンケア編)



寒川町にお住まいの妊婦さんとそのパートナーの方は事前予約制の父親・母親教室へのご参加もお待ちしております。

連絡先：寒川町 子育て支援課 のびのびすくすく担当 電話0467-74-1111(内線166・165)

これから赤ちゃんを迎えるご家庭や、赤ちゃんのお世話をする方へ

父親・母親教室の内容を一部動画で紹介しています。



QRコード



父親・母親教室 1日目
助産師からの話

寒川町 全編23分
父親・母親教室
【お産編】

妊娠中からやっておきたい3つのこと

1. あぐらの姿勢 で過ごしましょう
2. 呼吸法 の練習をしましょう
3. 猫のポーズ で骨盤周りを柔軟に!

授乳編

1. 授乳の姿勢・ポイント
2. 授乳中のおっぱいのトラブルとは

QRコード



父親・母親教室 4日目
パパも一緒に赤ちゃんのおふろ

(動画：赤ちゃんのおふろとスキンケア、
準備編・沐浴編・スキンケア編)



寒川町にお住まいの妊婦さんとそのパートナーの方は事前予約制の父親・母親教室へのご参加もお待ちしております。

連絡先：寒川町 子育て支援課 のびのびすくすく担当 電話0467-74-1111(内線166・165)