



# マタニティクラス・わかば



【予約制】

西予市では赤ちゃんを迎えるための教室を開催します。  
赤ちゃんやママの栄養のこと、母乳育児について一緒に学びましょう。  
妊娠・出産・子育てに役立つ情報の紹介やグループワークも行います。  
お友だちづくりもかねて、お気軽にご参加ください。

日 時

令和6年7月5日(金)

令和6年11月1日(金)

令和7年3月7日(金)

13:30~15:30 (受付 13:15~)

※3日とも同じ内容です

場 所

西予市教育保健センター  
1階 和室

対象者

西予市内の妊婦及びご家族

持参品

母子健康手帳

申し込み

下記のQRコードまたは連絡先から  
お申し込みください

## 【内容】

- ❁ 母乳育児の準備  
～妊娠中からできること～
- ❁ ママになったら知って欲しい  
食事のこと
- ❁ 西予市の母子保健サービスについて
- ❁ グループワーク

同じ時期に子育てをする市内の  
プレママ・プレパパさん同士で  
情報交換をしましょう♪

パパの妊婦体験や  
オムツ交換(人形)体験  
もあるよ



連絡先

西予市 健康づくり推進課  
TEL (0894) 62-6407

QRコード

