

＊令和5年度プレママ教室のご案内＊

豊丘村では、妊婦さんご家族を対象にプレママ教室を開催しています。出産までの間、お母さんとお子さんが健康に過ごされて、お子さんが元気に生まれて来られるように、学習や相談をしています。

また、ご家族の方も妊婦さんやお子さんのことを学ぶ良い機会かと思いますので、妊婦さんと一緒にいかがですか。多くの方のご参加をお待ちしております。



○場 所 豊丘村保健センター1F（役場庁舎向かって右側の建物）
※5月、9月は役場1F会議室1

歯科衛生士	助産師
午後 1:30～ 3:00頃	午前 10:00～11:30頃
5月25日（木）※	6月4日（日）
9月28日（木）※	10月22日（日）
1月18日（木）	2月25日（日）

※助産師の回は中期後半～後期でのご参加をお勧めします。

○内 容 歯科衛生士：妊娠中は虫歯になりやすい？歯周病は低出生体重児のリスク？
妊娠中の歯科保健について。
歯科チェックと歯ブラシのプレゼント。

助産師：いいお産に向けての過ごし方や出産時の過ごし方について。
妊婦ストレッチ。

※産婦乳児健診受診票・授乳育児相談券配布（産後に使用。）

○持ち物（助産師の回）

母子健康手帳、妊婦ノート、助産師マップ（母子健康手帳交付時にお渡ししたものです）、筆記用具

★プレママ教室開催日の前月に、お知らせのはがきを郵送しますので、ご確認ください。

★プレママ教室のことや、妊娠・出産・育児に関して心配なことがありましたら、お気軽に役場の保健師・栄養士にご連絡ください。

豊丘村役場 健康福祉課 保健衛生係
保健師・栄養士
TEL：0265-35-9061