

Hello baby

# プレパパママ講座



妊娠中に『産後クライシス※』予防のためにできる夫婦のコミュニケーションの方法や、家事・育児をがんばりすぎないためのポイントを一緒に学んでみませんか？

今回は、宮城大学の塩野先生を講師にお招きし、妊婦さんご夫婦に限定せず広く関心のある方を対象に開催します。皆様のご参加をお待ちしています！

(※産後クライシス:子どもの誕生前には思ってもみなかった産後早期の夫婦間のすれ違いのこと)



**[日時] 平成31年  
5月13日(月)  
10:00~11:30**  
(受付時間 9:30~9:50)

会場:岩沼市保健センター

対象

市内在住の妊婦さんご夫婦(どちらかの参加も可)  
今回のみ**関心のある方**も参加できます

持ち物

母子健康手帳

MENU 1

「産後クライシス」  
って何?~知って一緒に  
楽しく子育て~

夫婦のコミュニケーションが  
上手いくと、子育てが  
楽しくなる?

MENU 2

管理栄養士のお話

時短レシピや簡単に  
バランスの取れたメ  
ニューをご紹介します

MENU 3

交流会

先生を囲み、みんな  
で楽しくお話ししよう。

【講師】

宮城大学看護学群  
教授 塩野悦子先生

申込・問い合わせ

岩沼市役所 健康増進課

電話:0223-22-1111(内線349)または下記メールにて

E-mail: hokenshi@city.iwanuma.miyagi.jp

①プレパパママ講座参加希望 ②氏名 ③電話番号 ④託児利用希望の有無  
をご記入の上、送信してください。

