

# 精華町在住の方対象 Zoom でミニ講座に参加しませんか？

令和2年度

## 精華町パパママ教室（平日編）

「Zoom が初めてで不安」という方も安心して  
ご参加いただけるようサポートします！

単発での参加も OK、お気軽にお申し込みください♪



精華町パパママ教室の  
テキスト

※ 各回とも、妊娠 16 週以降の参加がお勧めです

内容	管理栄養士さん のおはなし	助産師さん のおはなし	歯科衛生士さん のおはなし
	◇妊娠中の食事 「食べていいもの・ 悪いもの」など ◇地域の子育て情報 紹介	◇妊娠・出産のこと 「お産の流れ」 「母乳のこと」など ◇妊娠中から利用で きる相談先の紹介	◇赤ちゃんのために できる大人の歯の ケア ◇産前産後コミュニ ケーションのコツ
日程	1/18 (月)	11/18 (水) 2/18 (木)	12/8 (火) 3/11 (木)
時間	午後 1 時 30 分～午後 2 時 45 分		
定員	6 組程度		
定員	無料 *通信費は各自でのご負担となります。		
申込方法	<p>右記 QR コードもしくは町ホームページの電子申請システムの 申し込みフォームからお申し込みください。</p> <p>※締切は各回開催日 1 週間前。参加が決定しましたら、 メールにてご連絡いたします。</p> <p>※お申し込み多数の場合は、初産婦で出産予定日の 近い方または教室参加が初めての方を優先させていただきます。</p>		



申し込みフォーム

\*都合により内容を変更する場合があります。ご了承ください。

\*台風等により、開催日に精華町（山城南部）に警報が発令されている場合は中止となります。

### 【問い合わせ先】

精華町 健康福祉環境部 健康推進課  
TEL 95-1905  
メール kenko@town.seika.lg.jp

プレパパの参加も  
大歓迎！

