

対象

石巻市内に居住する  
マタニティ・産後  
(お子さん概ね1か月~)の方

ご家族も  
一緒に

利用  
無料

令和  
8年度

赤ちゃん

# おむかえ講座

助産師から  
パパママへの贈り物  
出産準備~子育ての  
はじまりを  
安心・楽しく・快適に



月	沐浴編 時間: 18:30~19:30 対象: 妊婦さんと そのご家族(2名まで)	・デモンストレーション ・参加者全員沐浴体験
土	出産準備編 時間: 10:00~12:00 対象: 妊婦さんと そのご家族	・妊婦体験、妊娠中の気をつけたい症状 ・お産の流れ ・出産準備品について ・産前産後のメンタルケア
日	赤ちゃん編 時間: 10:00~12:00 対象: 妊婦さんまたは 産後(5か月くらい位まで) の方とそのご家族	・ベビースキンケア ・ベビーマッサージ

2026 4月	5月	6月	7月	8月	9月
6日	11日	1日	6日	3日	7日
11日	9日	13日	11日	8日	12日
12日	10日	14日	12日	9日	13日
10月	11月	12月	2027 1月	2月	3月
5日	2日	7日	18日	1日	1日
24日	14日	12日	16日	13日	13日
25日	15日	13日	17日	14日	14日

## 場所

### 子育て交流室

石巻市ささえあいセンター2階  
子育て世代包括支援センター  
「いっしょ issyo えきまえ」隣

## 持ち物

- ・母子健康手帳
- ・その他ご自身が必要だと思ふもの

ミルク用のお湯の  
準備はございます

お申し込み・お問い合わせ先

石巻市子育て世代包括支援センター いっしょ issyo えきまえ

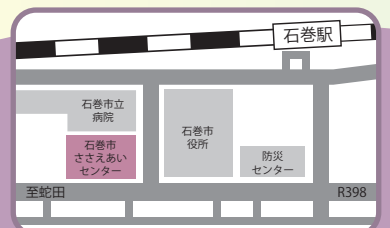
TEL 0225-98-4158  
(10:00~17:00)

または

NPO 法人ベビースマイル石巻  
公式LINE



公式LINE



※お車でお越しの方は石巻市ささえあいセンター駐車場または石巻市役所駐車場の駐車券をお持ちいただければ無料処理いたします。