

妊娠期の

# 子育て支援教室

## のご案内

要予約!



妊娠期から出産・育児期まで切れ目ない支援の提供のため、子育て支援教室を開催します。お気軽にご参加ください。

2026年

8月19日 水

場 所：就業改善センター

定 員：先着6組

(※予約締切は開催日の  
1週間前まで)

2027年

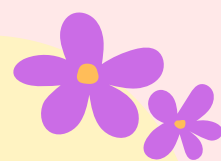
2月2日 火

持ち物：母子健康手帳、飲み物

時 間：10:00～12:30

講師：助産師  
佐々木悦世

講師：管理栄養士  
岩木亜由美



セルフでも  
ペアでも

沐浴体験  
妊婦のための  
オイルマッサージ

ミニ講座あり!

パートナーと参加の場合は、  
妊婦ジャケットによる妊婦  
体験ができます



必見

ママになるあなたへ  
未来を育てる  
ごはん講座

妊娠期の栄養についてのお話  
無料のミニお弁当付き



お問い合わせ先  
六戸町 福祉課 0176-55-4492

産後の

# 子育て支援教室 のご案内

要予約!

妊娠期から出産・育児期まで切れ目ない支援の提供のため、  
子育て支援教室を開催します。お気軽にご参加ください。

場 所：就業改善センター

定 員：先着6組（予約締切は開催日の1週間前まで）

時 間：10：00～11：30

持ち物：母子健康手帳、バスタオル、あればヨガマット、飲み物

講 師：助産師 佐々木悦世

★BABY★

2026年

7/2 木

大人気!

ベビーマッサージ

ベビータンポ

- ☆1か月健診を終えた乳幼児が対象。
- ☆スキンシップの方法を教えてください。

★MAMA★

2026年

11/17 火

産後のママのための

骨盤体操

エクササイズ

- ☆産後の骨盤のゆがみを解消する自宅でもできる方法を教えてください。

お問い合わせ先  
六戸町 福祉課 0176-55-4492

