

—助産師がゆく—

第18回



Dear Family in 宇都宮



—みんな子育てよう輝く命—

日時：平成29年2月19日（日）AM9:30～PM12:00（受付9:15～）

場所：宇都宮市保健センター 研修室

（JR宇都宮駅西口 ララスクエア9階）

費用：無料／どなたでもご参加ください 無料駐車場なし

場所 第1研修室

お楽しみ体験会

場所 第2研修室

妊婦疑似体験（9:30～12:00）

☆妊婦さんになってみよう！

妊婦姿をお撮りします。カメラをご持参ください。どなたでも参加できます

みんなでヨガ（9:30～10:20）

☆運動しやすい服装でご参加下さい

☆タオル・飲み物をご用意下さい

（ﾌﾟﾚﾏﾏは妊婦5か月からが対象）

なんでも健康相談（9:30～12:00）

☆産前産後のおっぱいのこと

心と身体の悩みなど何でもどうぞ

ご相談のある方は受付で

お声をかけてください

記念に残そう！お子様の手型・足型

（9:30～12:00）

☆先着30家族です

タッチケア（10:00～10:50）

☆バスタオルをご持参下さい

（生後3～8か月までの赤ちゃん対象）

☆ﾌﾟﾚﾏﾏﾊﾞﾊﾞも参加できます

絵本と手作りおもちゃ

（10:30～10:50）

どなたでも参加できます

育児のワンポイントアドバイス

（11:00～11:50）

☆子供とのかかわり方と遊び方

どなたでも参加できます

リトミック（11:00～11:45）

☆首の座った赤ちゃん～小さいお子様が対象です

主催／（社）日本助産師会栃木県支部県央・県東地区支部
問い合わせ FAX・TEL：0285-56-2690 増淵