

赤ちゃんを迎えるための準備をしよう



令和7年度「プレパパプレママひろば」

妊娠中の気になることを聞いてみたり、沐浴の体験をしたりと、赤ちゃんとの生活をイメージしながら、赤ちゃんを迎える準備に役立つための講座です。楽しくおしゃべりしながら過ごしませんか。ぜひパパも一緒にご参加ください。

コース	1回目	2回目	
	午後1時30分から 2時30分まで (受付：午後1時20分から)		午前10時から 11時30分頃まで (受付：午前9時50分から)
4・5月コース	4月30日(水)	5月19日(月)	
6・7月コース	6月26日(木)	7月26日(土)	
8・9月コース	8月20日(水)	9月24日(水)	
10・11月コース	10月29日(水)	11月22日(土)	
12・1月コース	12月23日(火)	1月28日(水)	
2・3月コース	2月12日(木)	3月14日(土)	

【注意】1回目と2回目の実施時間が異なりますので、ご注意ください。

○場 所 利府町保健福祉センター内

○対象者 利府町にお住まいの妊婦とご家族で、2回とも参加できる方
各コース6組程度
※上のお子さんと一緒に参加希望の場合は予約時にご相談ください。
※沐浴体験は、1家族1人のみとなります。

○内 容 1回目・・・妊娠中のちょっと気になることや心配なことなどを、みんなで
おしゃべりしたり、赤ちゃんとの生活をイメージしながら抱っこやおむつ交換等の練習をします。妊娠中の食事のお話もあります。
2回目・・・ベビーバスを使って沐浴の練習をします。パパの妊婦の擬似体験もできます。

○申込方法 開催日の3日前までに子ども家庭センターへお電話でお申込みください。
○町から講座や乳幼児健診等のご案内がありますので、りーふナビのご登録もぜひお願いします。
登録方法は裏面をご覧ください。



問合せ 利府町子ども家庭センター（保健福祉センター内）
電話：022-356-6711 平日8:30~17:15

利府町 リーフナビ



十符の里の妖精
リーフちゃん



プッシュ通知で 安心!

予防接種の予定日・町内の
子育てに関するイベント情報などが
プッシュ通知で届きます



予防接種を まるごとおまかせ!

生年月日から予防接種の
スケジュールを自動作成します
予防接種の情報も
掲載しています



子育ての 記録を保存!

母子手帳の記録を入力したり
画像で保存しておくことで
万一の時にも安心です



カンタン&無料で登録できます

アプリのダウンロードはこちら! ダウンロードも無料です



利府町リーフナビ

パソコン・スマホどちらからもご利用いただけます

<https://rifu-town.city-hc.jp/>

