





赤ちゃんを迎えるための準備をしよう



令和8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
	<p>午後1時30分から 2時30分まで (受付：午後1時20分から)</p> 	<p>午前10時から 11時30分頃まで (受付：午前9時50分から)</p> 
4・5月コース	4月28日 (火)	5月27日 (水)
6・7月コース	6月22日 (月)	7月25日 (土)
8・9月コース	8月25日 (火)	9月19日 (土)
10・11月コース	10月19日 (月)	11月21日 (土)
12・1月コース	12月21日 (月)	1月27日 (水)
2・3月コース	2月24日 (水)	3月20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



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



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



離乳食サポート

月齢に合ったおすすめ食材の提案や食材ごとのアレルギー情報も管理できます



予約システム

利府町の子育てに関する教室や講座などの予約がアプリからできます

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/>



利府町子ども家庭センター

〒981-0133 宮城県宮城郡利府町青葉台一丁目 32 番地
(利府町保健福祉センター内) TEL : 022-356-6711