

新型コロナ感染予防のため、プログラムを変更して開催します



安心して出産や子育てができるよう、ママの孤立感や育児不安を軽減するために、パパもできることから始めてみましょう。

日程

土曜日開催→午後6時30分～8時30分
日曜日開催→午前10時～12時

令和2年 5月31日(日)

8月29日(土)

11月29日(日)

令和3年 1月30日(土)

3月21日(日)

変更

完全予約制

午後:1時15分～・2時～
2時45分～・3時30分～

令和2年 7月27日(月) 29日(水)

8月 5日(水) 31日(月)

11月18日(水) 30日(月)

令和3年 1月 8日(金) 25日(月)

3月 4日(木) 22日(月)

会場

市民交流プラザトワレ

変更

十和田市保健センター

対象

妊婦と夫、先着12組

変更

妊婦と夫、先着4組

プログラム

グループ学習 (2時間)

お風呂の入れ方

妊婦疑似体験

パパママ交流会

変更

個別支援 (一組30分)

お風呂の入れ方 など



◆申込み方法◆ 十和田市健康増進課(保健センター内)

☎51-6792 (直通)へ電話し「パパママ教室」の申込みとお伝えください。

◆申込み期限◆ 開催日の1か月前から1週間前まで要予約

当日はマスクの着用をお願いします