

# 令和8年度 フレママ・フレパパ教室

## 日程

令和8年 6月7日（日）

令和8年 10月18日（日）

令和9年 2月7日（日）



◆時間 10:00～11:45 ※終了時間は変更になる場合があります。

◆場所 隠岐の島町役場 1階 町民ホール

## 内容

◆ 助産師のお話

- ・妊娠中の過ごし方について
- ・赤ちゃん和妈妈のためにパパに知っていてほしいこと

◆ 栄養士のお話と試食

- ・妊娠中の食事について

◆ 沐浴体験・パパの妊夫体験

\*当日は母子手帳をお持ちください。



## 申し込み・問い合わせ先

\*開催日の1週間前までに  
お申し込みください♡

隠岐の島町役場 保健福祉課  
子育て支援係  
(電話) 2-8577

※日程は変更になる場合があります。ご了承ください。

※都合により助産師が参加できない場合もありますので、あらかじめご了承ください。