

両親学級のお知らせ

お二人でご参加いただき、「両親学級」を開催します。
赤ちゃんを迎える前に、ぜひお二人でお越しください。

★ プログラム ★

＊ 講話

「先輩パパの体験談」

＊ 実 習

・ 育児の実習

《お風呂の入れ方・抱っこのポイントなど・・・》

・ プレパパの妊婦体験実習

・ レシピコーナー

・ 子育て情報コーナー



★ 開催日・時間 ★

開催日	対象出産予定日（参考）	申込受付期間
2019年 6月7日(金) 午後6:30~8:30	7月・8月・9月・10月 予定日の方	5月20日(月)(午前8時45分~) から5月31日(金)まで
2019年 9月6日(金) 午後6:30~8:30	10月・11月・12月・1月 予定日の方	8月19日(月)(午前8時45分~) から8月30日(金)まで
2019年 12月6日(金) 午後6:30~8:30	1月・2月・3月・4月 予定日の方	11月18日(月)(午前8時45分~) から11月29日(金)まで
2020年 3月6日(金) 午後6:30~8:30	4月・5月・6月・7月 予定日の方	2月17日(月)(午前8時45分~) から2月28日(金)まで

※対象日は目安ですので、対象出産予定日以外の方でも受講できます。

☆会 場・・・厚別保健センター（厚別区厚別中央1条5丁目3-2 厚別区役所3階）

※駐車場の使用はご夫婦につき1台まででご協力をお願いいたします。なお、駐車場から庁舎内への出入りは、東側通用口か、南郷通り側の正面玄関からお願いいたします。

☆費 用・・・無 料

☆持 ち 物・・・母子健康手帳・テキスト（わが家に赤ちゃんがやってくる）

☆事前申込制・・・受付期間中に電話・FAX・Eメールでお申込ください

○FAXでお申込みの方

裏面の「FAX送信票」にご記入のうえ、送付してください。

○Eメールでお申し込みの方（保健センターからの返信メールが届くように、設定の確認をお願いします）
件名に「両親学級申込み」、本文に【ご夫婦の氏名（ふりがな）・住所・連絡先電話番号・出産予定日・駐車場使用の有無】をご記入のうえ、送付してください。

☆定 員・・・《先着30組》〈申込先〉電話 895-1881 FAX 895-5922

Eメール at.kenko.phn@city.sapporo.jp 担当：保健師＝

FAX 送信票

**送付先：札幌市厚別区保健福祉部健康・子ども課健やか推進係
(厚別保健センター)**

FAX 011-895-5922

TEL 011-895-1881 (平日8:45~17:15)

2019年度『両親学級』申 込 書

ふりがな
◎氏名(夫) _____

ふりがな
◎氏名(妻) _____

◎住所 札幌市厚別区 _____

◎連絡先電話番号 _____

◎出産予定日 _____ 月 _____ 日

◎駐車場の利用 _____ 有・無 _____

(※駐車場の利用は、ご夫婦 1 台まででご協力をお願いいたします。)