

～マタニティセミナーのご案内～



◆対象者：太田市に住所のある妊婦さん【夫（パートナー）の参加も可】
※各セミナー1人1回のみ参加可

◆場 所：太田市保健センター 2階 多目的室

◆持ち物：母子健康手帳・筆記用具・飲み物
（産後・母乳編はバスタオル1枚もお持ちください）

◆申込み：太田市公式LINEから予約
（相談日の2日前（土日・祝日を除く）昼12時まで予約できます）

◆どの日程も開始10分前から受付開始で、所要時間は2時間程度です。

※ お願い ※

- ①お腹の張り等体調に気になることがある方は、医師と相談の上、参加をご検討ください。
- ②体調不良時の参加はご遠慮ください。



◇ 食と歯編

<内 容>・栄養士による妊娠中から産後までの食生活と乳児の栄養の話
・歯科衛生士による妊婦と乳幼児の歯の話

<時 間>午後1時30分～

実施日	R7 6/4 (水)	9/5 (金)	12/1 (月)	R8 3/2 (月)
対象出産予定月	R7 9月～11月頃	R7 12月～ R8 2月頃	3月～5月頃	6月～8月頃



◇ 妊娠・出産編 ～お産ってどんな風に進むの？どう乗り切る？～

<内 容>・妊娠中の生活について
・お産の経過について（DVD鑑賞など）

<時 間>午後1時30分～

実施日	R7 4/24 (木)	6/30 (月)	8/27 (水)	10/31 (金)	12/24 (水)	R8 2/20 (金)
対象出産予定月	R7 6月～8月頃	9月～10月頃	11月～12月頃	R8 1月～2月頃	3月～4月頃	5月～6月頃



◇ 産後・母乳編 ～赤ちゃんのお世話・母乳育児について学ぼう！～

<内 容>・産後の生活や授乳について
・育児手技（抱っこ・着替え・おむつ交換）の実技

午前・午後とも
同じ内容です

<時 間>午前の部：午前9時30分～

午後の部：午後1時30分～

実施日	R7 5/15 (木)	7/18 (金)	9/25 (木)	11/14 (金)	R8 1/16 (金)	3/16 (月)
対象出産予定月	R7 6月～8月頃	9月～10月頃	11月～12月頃	R8 1月～2月頃	3月～4月頃	5月～6月頃



*** セミナーに参加できない方へ ***

内容の一部を動画配信しているので、ご視聴ください♪

【動画のみかた】

- ①太田市LINEのトーク画面を開く
- ②キーワードを入力して、メッセージ送信
→食と歯編⇒食と歯 妊娠・出産編⇒妊娠出産
産後編⇒産後 母乳編⇒母乳育児
- ③動画のURLが届く

