



令和8年度

パパママ教室のご案内

～元気な赤ちゃんを産み育てるために～



【対象者】 妊娠7～8カ月ころで初妊婦の方（先着12組）

【申し込み】 申し込みは各日程の1か月前からとなります。
花巻市ホームページから、申込フォームにてお申し込みください。
キャンセルの場合やご不明点等は電話にてご確認ください。

開催日程

【予約開始日】

8:30～受付開始

| | | |
|------|-----------|----------------|
| 令和8年 | 5月16日（土） | 【 4月16日（木）～ 】 |
| | 7月 4日（土） | 【 6月 4日（木）～ 】 |
| | 9月 5日（土） | 【 8月 5日（水）～ 】 |
| 令和9年 | 11月 7日（土） | 【 10月 7日（水）～ 】 |
| | 1月16日（土） | 【 12月16日（水）～ 】 |
| | 3月 6日（土） | 【 2月 5日（金）～ 】 |

教室の内容

- 9：15～9：30 受付
 9：30～11：15ころ 子育てレッスン
 ・話してみよう！（赤ちゃんを迎える準備など）
 ・赤ちゃんのお風呂
 （赤ちゃん人形を使った入浴方法について
 講師実演を見ながら、みなさんも一緒に入浴させてみましょう♪）



※教室の内容は予定となっており、今後変更となることがありますので、あらかじめご了承ください。

持ち物

母子健康手帳、飲み物等（必要な方）
*当日は動きやすい服装でお越しください。



【会場】花巻保健センター

【お問い合わせ先】

花巻市健康こども部こども家庭センター（花巻保健センター内）母子保健係
住所：〒025-0055 花巻市南万丁目970-5
電話：0198-41-3609 または 0198-41-3500
（平日8：30～17：15）

詳しくは花巻市ホームページへ
（申込フォーム）

