

飯山市 マタニティセミナーのご案内

ご妊娠おめでとうございます。

飯山市では、安心して出産を迎えてもらうため、マタニティセミナーを開催しています。妊娠中は、おなかの赤ちゃんのこと、日々変化していくからだのことなど嬉しくもあり、不安を感じやすい時期です。同じ地域に住む妊婦さん同士で交流を深め、マタニティセミナーで出産や育児のことなどを学んでみませんか？

○開催日

令和4年6月30日(木)・9月10日(土)・10月20日(木)・12月9日(金)
令和5年3月3日(金)

○内容

ママとベビーのむし歯予防(講師：歯科衛生士)
赤ちゃんの生活とお世話・沐浴実習(講師：助産師)
妊娠期の栄養について(講師：管理栄養士)
参加者交流
マタニティフォト(希望者のみ)

○対象者

飯山市に住所がある妊婦さん・家族

○場所

飯山市 保健センター

○時間

9:30~12:30(受付9:10~)

○持ち物

母子健康手帳、筆記用具



※人数制限をして実施します。開催の3日前までに下記までご連絡ください。



【予約・お問い合わせ先】
保健福祉課健康増進係
電話：67-0727(内線187)



マタニティフォトについて

おひとり、ご夫婦、ファミリー等
ご希望のパターンで撮影できます！
マタニティの時期にしか
撮れない神秘的で貴重な写真を
残しませんか



○マタニティフォトの流れ

12:30～マタニティセミナー終了後、順番にお名前をお呼びし、1 階の母子指導室
にご案内します。一人 10～15 分程度です。

撮影が終わり次第、お帰りいただけます。

○服装について

妊婦さんには、衣装を準備していますが、基本服装は自由です。

ご主人は、ロゴのない白い T シャツがおすすめです。



○撮影媒体について

プリント希望の方は、カメラマンとの相談で有料、データは無料でお渡しします。

撮る枚数は 1 枚です。見本の中から撮影パターンをお選びください。

※マタニティフォトはセミナーをすべて参加した方へのプレゼント企画です！！



女性カメラマンなので
安心です！



【お問い合わせ先】
保健福祉課健康増進係
電話：67-0727(内線174)