

令和5年度

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。

○開催日

令和5年5月22日(月)・7月21日(金)・9月21日(木)・11月30日(木)
令和6年2月1日(木)

○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 (試食をしながら交流)
(※都合により試食はせず、持ち帰りの場合もあります。)
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
(市役所向かいの白い建物)

○時間

9:30~12:30 (受付9:10~)

○持ち物

母子健康手帳、筆記用具



※準備の都合上、開催の3日前までに下記までご予約ください。

【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174)





マタニティフォトについて

○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。

○撮影時の服装について

特に指定はありません。撮りたい服装でお越しください。

ご夫婦やご家族での撮影希望の場合、お洋服の色味を揃えていただくのがおすすめです◎



ママのオススメコーディネート！

- ・ジーンズ + ブラトップ + シャツ or ざっくりニット
- ・ジーンズ + Tシャツ
- ・ワンピース



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

○撮影データについて

撮影データ 1 枚無料でプレゼント。LINE にてデータをお送りします。

データの追加購入やプリント、パネルなどご希望の方は、カメラマンにご相談ください。

※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！

【お問い合わせ先】

保健福祉課健康増進係

電話：67-0727(内線174)