

令和7年度 東城地域

パママひろばご案内

心身ともにリラックスして、ゆったりとした雰囲気でお過ごせる“リラックス講座”を、つぎのとおり開催します。

仲間づくりや出産・育児について情報交換もできますので、ぜひご参加ください。

☆日程・対象者

日 程	対象者
5月23日（金）	・ 臨月以外の妊婦と家族 ・ 産後2～5カ月の方と家族
8月22日（金）	
11月21日（金）	
2月27日（金）	

対象者には約1か月前に個別通知をします。

☆時 間 13時30分～14時45分

☆申込方法 Web 予約（庄原市ほのぼのネットアプリ）

↓アプリのインストールはこちらから



＼母子モ（ボシモ）で検索！／

母子モ 検索



お気軽に
お越し下さい！

※ご不明な点等ございましたら下記問い合わせ先にご連絡ください。

☆内 容 リラックス体験（ハンドマッサージ、ベビーマッサージ）、妊婦体験、助産師による個別相談、妊娠・出産に関する座談会など
※申し込み状況によって内容が変更する場合があります

☆場 所 東城こどもの館（庄原市東城町川東 1317-1）

☆講 師 ポポラス助産所 助産師 瀬戸照美さん（西城町在住）

☆対象者 臨月以外の妊婦さんとそのご家族
産後で2か月～5か月のお子さんと保護者

☆持参物 母子健康手帳、筆記用具、飲み物等（子どもさんのオムツなど）、バスタオル

【問い合わせ】

庄原市役所東城支所 地域振興室保健福祉係 電話 [\(08477\) 2-5131](tel:0847725131)