

# 楽しいマタニティライフのために ～妊娠中のサロンのご案内～



妊娠おめでとうございます！

大野町では、妊娠・出産を楽しく、健やかに過ごせるよう、プレママサロン・パパママサロンを開催します。次から次へと出てくる不安や心配事など、サロンでおしゃべりしませんか。気になることは助産師さんにどんどん質問してください。「こんなこと聞いてもいいの？」と思うことが、実はみんなも気になっていることかもしれませんね。

サロンでリフレッシュして、妊娠・出産を楽しく乗り切りましょう！

赤ちゃんが生まれた後のことが  
まだ想像できない…

お産前に何を用意したらいい？  
〇〇は買っておくべき？

おなかが大きくなって  
腰痛がづらくなってきた…

母乳で育てたいけど  
出てくれるか不安…

ひとりのときに  
陣痛が来たらどうしよう

ちょっと気になるけど…  
でも、こんな些細なこと  
聞いてもいいのかな？



参加無料  
申込不要  
時間内出入り自由

参加無料  
5日前までに  
お電話ください

## プレママサロン

- ・ママ同士おしゃべりしよう
- ・助産師さんになんでも聞いちゃおう

令和7年 6月27日(金)

9月24日(水)

12月18日(木)

令和8年 3月24日(火)

開設時間：10:00～11:30

場所：大野町保健センター

妊娠中のかた・産後1年くらいまでのかた

持ち物：母子健康手帳、飲み物

## パパママサロン

- ・パパも妊婦さんに変身！
- ・産後の生活をイメージしてみよう  
～おむつ交換&沐浴～
- ・先輩パパママ、赤ちゃんとの交流会

令和7年 4月19日(土)

10月18日(土)

時間：10:00 受付開始

11:30 終了予定

場所：大野町保健センター

妊娠中のかたとそのパートナー

持ち物：母子健康手帳、飲み物

＜申し込み・問い合わせ先＞  
大野町保健センター  
0585-34-2333