

妊婦さんのための
出産・子育て準備講座

ウェルカムベビー プログラム

参加者募集

～赤ちゃんとの出逢いから始まる私なりの子育て～

お子さんの誕生は待ち遠しいもの。でも、悩みはありませんか？
基本的な知識を学んだり、出産・子育てのヒントをお伝えします。

おなかの赤ちゃん なにしてる？



クイズ方式で
お腹の赤ちゃんの
成長を知れるよ！

赤ちゃんのお世話



パートナーのサポートって
何をしたらいいのかな？

教えて助産師さん



助産師さんに赤ちゃんの
お世話の仕方を
教えてもらえるよ☆

マタニティコンサート



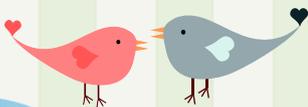
お腹の赤ちゃんが
動くことも♪

子育て情報



役に立つ情報を
丁寧にお伝えします♪

第2・3週は
パートナーも
参加できます



詳しい内容は裏面をご覧ください

動画もご覧ください→



ウェルカムベビープログラム



日程・内容

| | 7月日程 | 11月日程 | 2026年 2月日程 | 開催時間（各回共通）9：30～約2時間 |
|-----|-------------|--------------|---------------|--|
| 第1週 | 7/5 (土) | 11/15 (土) | 2/28 (土) | <p>赤ちゃんは、お腹の中で何してる？ ～紙芝居で知ろう！ お腹の中にいる時から、いろんなことができるんだ！～ 出産や子育てにも役立つ呼吸法（丹田呼吸法） お腹の中の赤ちゃんへの語りかけ・私らしい子育てに向けて など 会場：桑名市内公共施設</p> <p>パートナーの方の参加もOK♪</p> |
| 第2週 | 7/12 (土) | 11/22 (土) | 3/7 (土) | <p>教えて、助産師さん～あなたらしい出産のために～ 赤ちゃんとのふれあい方・産前産後のからだのケア パートナーや家族にできる妊娠出産のサポートなど実践編 会場：桑名市内公共施設</p> <p>パートナーの方の参加もOK♪</p> |
| 第3週 | 7/19 (土) | 11/29 (土) | 3/14 (土) | <p>ママと赤ちゃんのためのコンサート ～生演奏を全身で聴いて心身ともにリラックス～ 子育て情報の提供、子育て支援センター「憩いの広場」の見学 会場：桑名市内公共施設</p> <p>パートナーの方の参加もOK♪</p> |



参加費 無料



定員 10人



対象 妊娠中の方ならどなたでも（桑名市在住または実家が桑名市にある方）
 特に、胎動を感じられるようになった中期～後期がおすすめ



お申し込み方法 フォームもしくはメールに詳細事項を明記の上、お申し込みください。

メール ikoinohiroba987@gmail.com

件名に「WBP 申し込み」
 本文に以下の項目をご記入ください。

- ①妊娠されている方の氏名
- ②フリガナ
- ③住所
- ④電話番号
- ⑤メールアドレス
- ⑥出産予定日
- ⑦このプログラムを何で知りましたか？
（チラシ・広報くわな・SNS等）
- ⑧緊急連絡先（電話番号）
- ⑨緊急連絡先の方のお名前
- ⑩質問等



▼申し込みフォーム



子育て支援センター
 「憩いの広場」は、
 ネットワークくわっこが
 桑名市から委託され、
 運営しています。
 マタニティの方も
 楽しめる催しも
 やっています♡
 遊びに来てね♪



お問合せ **子育て憩いの広場**

桑名市鍛冶町9
 （ふれあいてんげんプラザ2階）

TEL&FAX 0594-25-2003

Mail ikoinohiroba987@gmail.com