

ラフル  
青葉台

妊娠期向け

# 赤ちゃんを迎える 準備会

ラフル、ラフルサテライトは妊娠期からの子育てを応援しています。  
赤ちゃんが生まれる前にみんなで準備しましょう♪  
★第二子以降出産予定の人もご夫婦での参加も大歓迎です★

## こんなことをします

ゲストに区の母子保健コーディネーターを迎えます。

### 沐浴体験をしよう

本物そっくりの赤ちゃん人形を使ってエアで体験します。

### 子育てすごろくをしよう

子育て中に起きるさまざまな出来事。  
こんな時どうする？を話し合いながら進めます。

### お話と交流タイム

ひろばにいる親子とお話してみましよう。  
コーディネーターにママの身体の相談もできます。

母子保健  
コーディネーターとは？  
看護職などの資格を持つ人で、  
妊娠初期から産後にかけて  
さまざまな相談に  
乗ってくれます。



実施日：毎月第4水曜日 10:00～11:30

場所：ラフル 研修室

対象：妊婦（経産婦を含む）とその家族

定員：3組

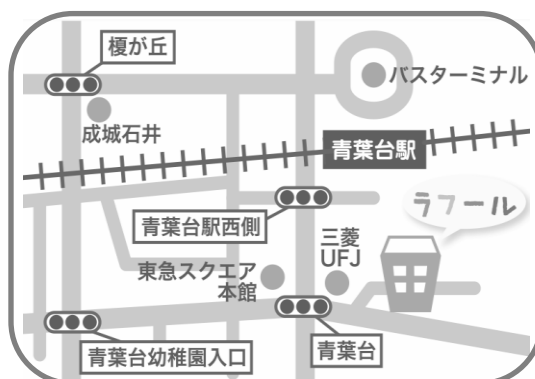
申込：ひろば受付・電話（045-981-3306）

またはラフルHP経由横浜市地域子育て  
支援拠点サイトから



持ち物：母子健康手帳・緊急連絡先

妊娠中は体調が不安定な場合があります。  
妊娠35週までを目処に無理のないよう  
ご参加ください。



【開催場所】  
青葉区地域子育て支援拠点ラフル  
横浜市青葉区青葉台 1-4 6F