



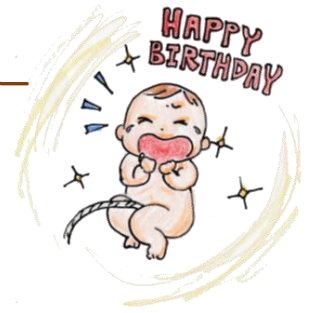
# にっこり家族

対象：妊娠中の方（週数指定はありません）・パートナー

開催日：第4水曜日 第1・3土曜日

時間：13:30～

場所：エンジェルホール



## 【内容】

- 妊娠中の身体や心の変化を学び、  
　　パパとしてできることを考えよう
- 2人でできるマッサージ
- 赤ちゃんのいる生活について知ろう
- 家事分担を見直してみよう
- お互いの気持ちを話し合ってみよう
- 沐浴・おむつ交換・着替え・げっぷの出し方を実施しよう



<動画視聴>

★おむつ交換



★げっぷの仕方



★おくるみ



★沐浴

