

パパ・ママになりたい人へ

そのうち……今すぐにでも……
まだ先だけど、
知っておきたい人も、ぜひ！

妊活生活をHAPPYに行こう

パパ・ママになりたい方へ、パパになる方ができること、ママになる方ができること、そして夫婦一緒に取り組むことのポイントをお伝えします。
妊活のコツや身体づくりについて、一緒に学んでみませんか。

日時：平成28年11月8日(火)

時間：14:00から16:00(開場：13時半より)

会場：ウェルシティ市民プラザ 5階 生涯学習センター 第1学習室
(京急逸見駅・JR横須賀駅から徒歩5分)

妊娠相談は3階中央健康福祉センター



対象：妊娠出産を希望する人

定員：50人(先着)

セミナー申し込み：電話かFAXで横須賀市コールセンターへ

TEL 046-822-2500 FAX 046-822-2539 (年中無休 8時～20時)

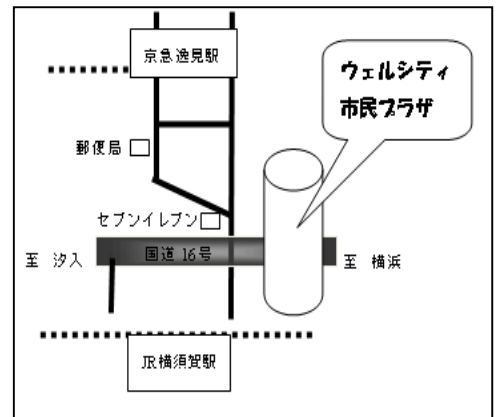
10月11日(火)～11月1日(火)まで受付

※手話通訳が必要な方は、10月24日(月)までにお申し込みください

【セミナー】

時間	内容	講師
14:00	妊活のキホン&ライフプランを考えてみよう	NPO法人 Fine 松本亜樹子
15:00	男性に知ってほしい妊活のコツ	リクルート ライフスタイル
15:10	10分のできるからだの基礎づくり	こども健康課 保健師
15:30	食べることから妊活授かりレシピ	こども健康課 管理栄養士

【地図】



【相談・情報コーナー】

★産婦人科医師による妊娠相談【予約は、電話またはFAXでこども健康課へ】

会場は、ウェルシティ市民プラザ3階、中央健康福祉センター

【予約時間：13:30・14:25・15:20】

★妊婦体験、ラジオ体操・授かりレシピの紹介

★妊活や健康づくりに今すぐ使えるお役立ち情報をご用意してお待ちしています

<お問い合わせ先> こども健康課 TEL046-824-7141 FAX046-824-7144