

令和7年度  
あけぼのこども園

# くーたんママ&ぱぱ

～ママ、パパになる方 遊びに来ませんか～



10ヶ月の妊娠期間。辛いときもあるかもしれませんが、せっかくなら楽しく過ごしたいですよね。出産までのひととき、こども園に遊びにきませんか。産まれてくる赤ちゃんのことを思って、他の妊婦さんと一緒に製作をしながらお話ししたり、助産師さんからのアドバイスをいただいたり、パパと一緒に赤ちゃんについて話を聞き、同じ時間を共有したり…！参加回数は少なくても、ギュッと詰まった内容で、ちょっと分かったり、知ったりするだけでも安心感がぐーんと違うと思います。最後にはマタニティランチを食べて、心も体もお腹の赤ちゃんも「しあわせ～♡」を感じ、温かい気持ちで帰っていただきたいと考えています。

## 助産師さんは心強い

定期健診で聞きにくいこと、なんでも聞いて！  
今、赤ちゃんはどのくらいの大きさなの？  
お腹の中でどのように過ごしているのかな？

## パパと一緒に

パパの妊婦体験！  
妊娠中の苦勞を知ることで  
ママのサポートについて考えてもらいます。



妊婦体験ジャケット  
重さ推定8Kg  
重いです…



生まれてくる赤ちゃんのために  
マタニティーフラワーで生まれてくる赤ちゃんに  
メッセージを書いてみよう。  
製作をしながら、おしゃべりにも花が咲く🌸

栄養士さんのマタニティランチ  
妊婦期に不足がちな鉄分や葉酸などを食べて  
バランスの良いメニューを！栄養士のお話を  
聞きながら食べてみませんか？



## 令和7年度 開催日

妊娠初期からでも産休に入ってからでも  
1回でも何回でもどうぞ！

4月15日(火)	5月13日(火)	6月3日(火)	7月1日(火)	8月5日(火)	9月2日(火)
10月14日(火)	11月4日(火)	12月16日(火)	1月13日(火)	2月10日(火)	3月10日(火)

持ち物  
母子手帳、筆記用具

対象者  
ママ、パパになる方  
※初産婦・経産婦、問いません。

1月13日(火)  
→20日(火)に  
変更しました。

場所  
あけぼのこども園内  
時間  
9:45～12:00頃

担当  
保育教諭・助産師・看護師  
栄養士・子育て支援サポーター



Follow Me!  
はじめました

Instagram



AKEBONO\_KUTANMAMAPAPA

お申込み・お問い合わせは、電話または、下記 QR コードのお問い合わせ  
フォームよりお気軽にどうぞ。

〒920-8204 金沢市戸水1丁目 18 番地  
あけぼのこども園 (TEL)237-7036  
※参加費は一人500円(ランチ・製作費代込み)  
※駐車場あります。

