



プレパパ・ママのための 赤ちゃんのお世話 サーキットトレーニング

内容 1組ずつブースをまわることで個別に助産師のアドバイスを受けられる
BigTreeオリジナルモデルの両親学級です



産まれたら、待たなしで始まる
赤ちゃんのお世話。

その中でも基本となる4つのお世話
と、よりママの気持ちが分かるよう
になるパパの妊婦体験。助産師から
アドバイスを受けながら順番に5つ
のブースをまわります。

出産準備や妊婦期の過ごし方、皆さ
んが色々と不安に思っていること
を、参加者同士や助産師さんと一緒
に、おしゃべりする時間もあります。

○対象

嬉野市在住または実家が嬉野市にある
妊婦さんとそのパートナー

嬉野市に里帰り出産予定の妊婦さんとその家族

※ 妊婦さんもしくはパートナー、祖父母になられる方
お一人でもご参加いただけます

※上のお子さんの託児あり（無料）

○必要な物 バスタオル 1 枚

○定員 各回4組 ○参加費 無料

○会場 嬉野市コミュニティセンターなんぶうかん楠風館
嬉野市塩田町五町田甲 3136 番地 1

○申込方法

こちらのフォームから
お申し込みください



開催日時

2025年	4月 5日（土）	10:30～12:00
	5月10日（土）	10:30～12:00
	6月 7日（土）	10:30～12:00
	7月 5日（土）	10:30～12:00
	8月 2日（土）	10:30～12:00
	9月 6日（土）	10:30～12:00
	10月 4日（土）	10:30～12:00
	11月 1日（土）	10:30～12:00
	12月 6日（土）	10:30～12:00
	2026年 1月10日（土）	10:30～12:00
	2月 7日（土）	10:30～12:00
	3月 7日（土）	10:30～12:00

主催

嬉野市
嬉野市こどもセンターリュッケ
Tel.080-6408-5856、090-4237-6405
✉ lykke.ureshino@gmail.com

リュッケの
ライン登録こちら↓



奥さんの体が重いことを体験
できた。また沐浴での心配
事などを、助産師の方に質問す
ることができて、勉強になりました。

3人目での初めての体験で
した。コロナ禍で、1人目2人
目も母親学級がなかったの
で、1人目の時からこのよう
な体験が、できていればよ
かったなと思うくらいでし
た。3人目の出産が、もっと
もっと楽しみにになりました。

育児に対して、
まだまだ準備が
できない中
このような体験ができ
て、非常にためになった。

妊婦体験は、6~8Kg
の重りを着て改めて妊婦さんの『きつさ』に
ついて、日常生活も含めて感じる事ができてよかったです。

赤ちゃんの沐浴体験
をさせていただき、難しい
と感じた分もう少しで出会
えることにうれしい気持ちに
なりました。

冊子やネットで知った
方法でも、実際に人形を用いて
体験できたことで、具体的なイメージを
持つことができ、気づくことも多かった。
助産師の方のアドバイスも的確で、今後もこ
う言った機会があれば積極的に参加したい。
個人的には赤ちゃんをだっこしたことが
なかったので、少し慣れることがで
きよかった。

参加者 の声

赤ちゃんの人形を
使って実際に近い形で
練習することができました。練習
の際、1組ずつ指導者がついてい
ただいたのでわからないことなど、すぐ
に聞くことができました。2人目がで
きた時も、是非参加させて
いただきたいです。

ゆっくりと時間をかけ
て色々なことを、教えてい
ただけてとても勉強になりました。
赤ちゃんの人形にたくさん触れて体験
ができて、少し実感がわきました。あ
りがとうございました。今後も引き
続きよろしくお願いします。

まだベビー用品を用意
していなかったので、逆に色々
聞くことができて参考になりました。
生まれてからもたくさんの支援があ
り、安心して子育てができそうか
なと思っています。ありがとうご
ざいました。

