

多胎プレファミリー講座

ご懐妊おめでとうございます。ふたごちゃん・みつごちゃんと聞いて、驚かれた方も多いと思います。多胎妊娠・育児は、周囲に経験者が少なく、不安や戸惑いを感じた方もいらっしゃるかもしれません。相模原市では、地域の多胎育児支援団体と一緒に、多胎妊娠中のご家庭向けの産前講座を開催しています。地域でふたごを育てているご家族と直接話をしたり、質問したりすることができます。産後の生活をイメージしながら、地域の支援や育児の工夫を知り、一緒に準備をしていきましょう。

双子（みつご）って、
出産は何が違うの？

同時授乳・寝かしつけ、
どうすればいいの？



産後の生活、
ちゃんと回るのかな…

頼れる支援、
何があってどう使うの？

日時・場所

- ① 8月22日(土)10:00～11:30 緑区合同庁舎
- ② 10月31日(土)10:00～11:30 南保健福祉センター
- ③ 2月27日(土)10:00～11:30 ウエルネスさがみはら

※各回、開催日の約1か月前から申込受付を開始します。

定員

各回 申込順
8 組

参加費

無料

※市外の方は2,000円

内容

- 1. 多胎妊娠・出産・育児の基本
- 2. 先輩ママパパの経験談
- 3. 出産前後の準備、産後プランニングについて
- 4. グループ質疑
- 5. サポートブック「ふたご手帖」配布・説明

参加申込はこちら

※ 妊娠中の体調変化などで来場が難しい場合は、オンラインでもご参加いただけます。
なお、グループワーク等一部は会場参加とは異なる形となりますので、ご了承ください。

