

マタニティクラス

定員
30組



妊娠おめでとうございます！

初めての妊娠・出産はわからないことや不安なことばかりですよ。

マタニティクラスは赤ちゃんのお風呂の入れ方や、出産の準備の話など

初めてママ・初めてパパのための講座です。みなさんのご参加をお待ちしています。

一緒に出産や育児の準備をしましょう♪

ママ友できるかな？
パパになるって
どんな気持ち？

赤ちゃんは
どうやって
生まれるの？

もくよく
沐浴って
どうやるの？



実施月	1日目 (日)	2日目 (水)	対象者の出産予定日 ※初妊婦さん優先	申込み 開始日
2019年4月	14日	17日	2019年 6月～2019年 8月	3/1～
2019年5月	12日	15日	2019年 7月～2019年 9月	4/1～
2019年6月	2日	5日	2019年 8月～2019年10月	5/7～
2019年7月	7日	10日	2019年 9月～2019年11月	6/3～
2019年8月	4日	7日	2019年10月～2019年12月	7/1～
2019年9月	8日	11日	2019年11月～2020年 1月	8/1～
2019年10月	6日	9日	2019年12月～2020年 2月	9/2～
2019年11月	10日	13日	2020年 1月～2020年 3月	10/1～
2019年12月	1日	4日	2020年 2月～2020年 4月	11/1～
2020年1月	12日	15日	2020年 3月～2020年 5月	12/2～
2020年2月	2日	5日	2020年 4月～2020年 6月	2020/1/6～
2020年3月	8日	11日	2020年 5月～2020年 7月	2020/2/3～

※2020年4月以降の日程は広報やホームページでご確認ください。

時間

9:15～12:15

費用

無料

持ち物

母子健康手帳、筆記用具、
飲み物、薄手のクッション
またはバスタオル

内容

2日間コース

1日目：沐浴^{もくよく}実習、母子保健サービスについて、
先輩ママとの座談会、妊婦体験（パパ）

2日目：お産のこと、おっぱいのこと、
赤ちゃんの事故予防、
パパとママの食事について

申込み

お電話または
インターネットから

草加市 マタニティクラス



会場・問い合わせ

草加市保健センター

電話 048-922-0200

（平日 8:30～17:00）

※駐車台数に限りがありますので、車での来所はご遠慮ください。

