

経産婦さんも参加できます!! ※保育はありません。  
ご了承ください。

# マタニティサロン

～マイナス1歳からの歯のケア  
・マタニティレシピの紹介～

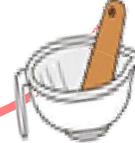


## 歯の講話

今からできるケアや、  
将来のお子さんの歯  
を丈夫にする方法を  
女性歯科医師が分か  
りやすくお話ししま  
す!

## 妊娠期おすすめ メニューの紹介と プチ離乳食講座

妊娠期の栄養・献立の  
コツ等を紹介、離乳食  
作りの体験ができます。



## パパの妊婦 ジャケット体験

妊娠時の重量感・圧迫  
感・動きにくさを体験  
してみませんか?



申込は電子申請もしくは電話で

	実施日	申込開始
令和8年	4月15日(水)	3月2日(月)
	6月17日(水)	5月1日(金)
	8月19日(水)	7月1日(水)
	10月28日(水)	9月1日(火)
	12月9日(水)	11月2日(月)
令和9年	2月10日(水)	1月4日(月)

**時間** 13:00～14:30ごろ  
(受付12:45～)

**定員** 20人

**費用** 無料

**持ち物** 母子健康手帳・筆記用具・飲み物

是非パパも  
一緒に  
ご参加ください!

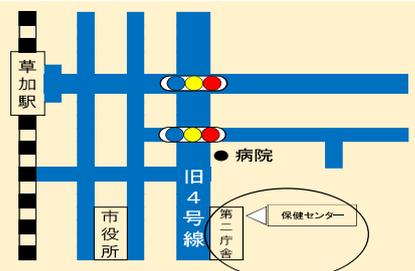
対象：概ね妊娠週数32週までの方

会場・申込み・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)

電子申請は  
こちらから



※駐車台数に限りがあるため、草加市ホームページ「市役所へのアクセス」をご覧ください。