

初妊婦さん
対象

マタニティクラス

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、出産経過の話など

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。

赤ちゃんは
どうやって
生まれるの？

沐浴って
どうやるの？

ママ友できるかな？
パパになるって
どんな気持ち？

申込は電子申請
もしくは電話で



	実施日	対象の出産予定日	申込み開始日
令和7年	4月9日（水）	R7年 6月～8月	3月3日（月）
	5月21日（水）	R7年 7月～9月	4月1日（火）
	6月4日（水）	R7年 8月～10月	5月1日（木）
	7月9日（水）	R7年 9月～11月	6月2日（月）
	8月6日（水）	R7年10月～12月	7月1日（火）
	9月10日（水）	R7年11月～R8年1月	8月1日（金）
	10月8日（水）	R7年12月～R8年2月	9月1日（月）
	11月12日（水）	R8年 1月～3月	10月1日（水）
令和8年	12月10日（水）	R8年 2月～4月	11月4日（火）
	1月14日（水）	R8年 3月～5月	12月1日（月）
	2月4日（水）	R8年 4月～6月	1月5日（月）
	3月4日（水）	R8年 5月～7月	2月2日（月）

定員

30組(午前15組、午後15組)

費用

無料

内容

沐浴実習
分娩の経過・乳房の手当
妊娠期の食事

持ち物

母子健康手帳・筆記用具
飲み物
ようこそ赤ちゃんガイド
(母子健康手帳交付時にお渡ししたもの)

時間

午前の部 9：10～12：00
(受付9：00～)

午後の部 13：10～16：00
(受付13：00～)

※午前の部・午後の部とも同じ内容です。
どちらか一方にお申し込みください。

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