令和4年度　プレパパママクラス（区役所開催分）のお知らせ

ご妊娠おめでとうございます。西区にお住まいの方を対象に３回１コースの教室を開催しています。都合の悪い回は別の月に参加していただくことも可能です。また、必要な回だけ参加していただいても構いません。
妊婦さんお一人でもパートナーの方とお二人でもご参加できます。ぜひご参加お待ちしております！

【対象】　妊娠６か月～9か月頃

【場所】　西区役所　３階

【持ち物】母子健康手帳・子育てガイドブックどれどれ・筆記用具・飲み物

【予約】　３回目のみ予約制（先着17組）※実施月の１日9:00からホームページにて予約を開始します。右側の二次元コードよりお申込みください。

【日時】　原則水曜日です（下記参照）。受付は15分前より開始します。
*新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、参加者多数の場合には参加をお断りさせていただくことがあります。

回数	１回	２回	３回 ※予約制	特別編
内容	ママと赤ちゃんの歯のお話 妊娠中の食生活 （歯ブラシ・手鏡をお持ちください。）	お産の経過と過ごし方 母乳のお話	赤ちゃんのいる生活 先輩ママと赤ちゃんとの交流 西区の子育て支援の紹介 沐浴、おむつ交換などの体験 妊婦体験（希望者）	マタニティヨガ （運動がしやすい服装でお越しください。）
時間	１３：３０～１５：３０	１３：３０～１５：３０	１３：３０～１５：３０ （土曜日のみ １０：００～１２：００）	１３：３０～１５：００
４月	６	１３	２０	２７
５月	１１	１８	２８（土）	２５
６月	１	８	２２	１５
７月	６	１３	２３（土）	２７
９月	７	２１	２４（土）	２８
１０月	１２	１９	２６	
１１月	２	３０	２６（土）	１６
１月	１１	２５	１４（土）	１８
２月	８	１５	２２	
３月	１	８	２５（土）	２９

☆８月と１２月はお休みです☆

※　3回目については、区役所以外の場所でも実施します。
詳細は裏面をご確認ください。

【お問い合わせ】
西区こども家庭支援課
TEL 045-320-8467

令和4年度　プレパパママクラス（区役所以外分）のお知らせ

区役所で開催している３回目と同内容の講座を区役所以外の場所でも実施しています。西区にお住まいの方が対象となっており、妊婦さんお一人でもパートナーの方とお二人でもご参加できます。ご参加お待ちしております。

【持ち物】　母子健康手帳・子育てガイドブックどれどれ・筆記用具・飲み物

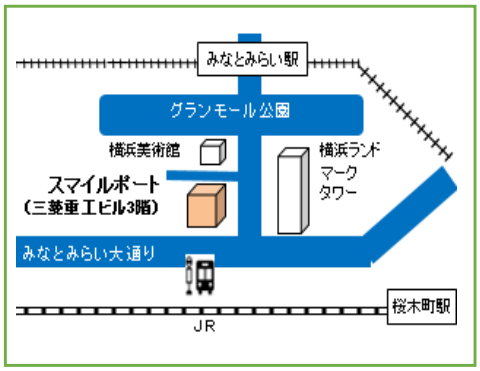
【予約】　スマイル・ポートホームページより予約受付　　先着12組
各日程の予約開始日（下記参照）の9時30分より受付開始
右側の二次元コードよりお申込みください。

【内容】　赤ちゃんのいる生活　先輩パパママと赤ちゃんとの交流　西区の子育て支援の紹介
沐浴、おむつ交換などの体験　妊婦体験（希望者）

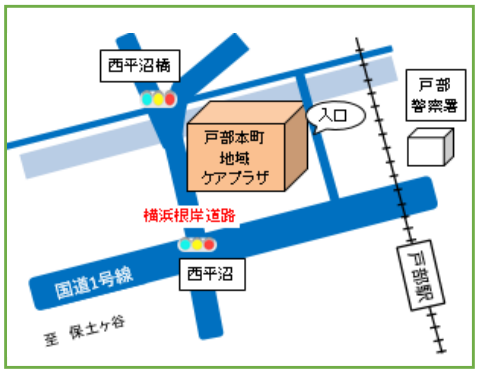
【時間】　１３：３０～１５：３０　（受付は１５分前より開始します。）

日程	予約開始日	場所
6月18日（土）	6月1日（水）	西区地域子育て支援拠点 スマイル・ポート
8月27日（土）	8月1日（月）	戸部本町地域ケアプラザ
10月1日（土）	9月15日（木）	西区福祉保健活動拠点 フクシア
10月22日（土）	10月1日（土）	西区地域子育て支援拠点 スマイル・ポート
12月3日（土）	11月15日（火）	西区福祉保健活動拠点 フクシア
2月18日（土）	2月1日（水）	西区地域子育て支援拠点 スマイル・ポート

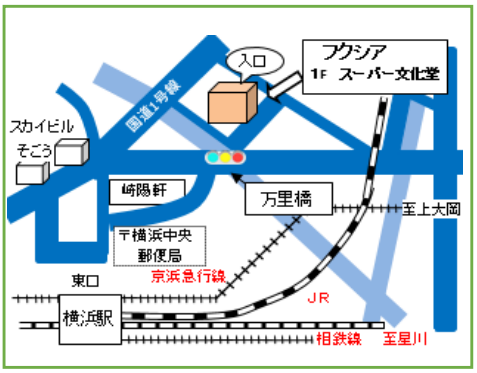
西区地域子育て支援拠点
スマイル・ポート



戸部本町地域ケアプラザ



西区福祉保健活動拠点
フクシア



※　なるべく多くの方がご参加いただけるよう、区役所開催と区役所以外での開催の両方へのご参加はご遠慮ください。ご理解とご協力をお願いいたします。

お問い合わせ　スマイル・ポート
TEL 045-264-4355

※本事業は、西区の委託を受けて特定非営利活動法人シャーロックホームズ（西区地域子育て支援拠点スマイル・ポート運営事業者）が実施しています。