

令和
8年度

プレパパ・ママ教室

事前予約制
(先着順)

初めてお父さん・お母さんになる方を対象とした2日間の教室です。

- 対象 おおむね妊娠16～28週の初めてお母さん・お父さんになる方(1組1コースのみ参加可)
- 場所 えびなこどもセンター(海老名市中新田377番地)
- 内容 1日目:妊娠中の食事/歯の健康/妊娠中の姿勢やストレッチ法について
2日目:出産・育児についての実践練習/グループワークなど
- 日程

各コース
定員あり

コース	1日目 AM 09:15-11:30 PM 13:30-15:45 (15分前より受付)	2日目 全日 13:30-15:45 (15分前より受付)	対象 出産予定月	予約開始 (8:30開始)	予約締切 (23:59締切)
1	4月18日(土)AM	4月24日(金)	R8.7～8月頃	2月6日(金)	4月15日(水)
2	4月18日(土)PM	5月18日(月)	R8.8～9月頃	2月6日(金)	4月15日(水)
3	6月20日(土)AM	6月30日(火)	R8.9～10月頃	4月3日(金)	6月17日(水)
4	6月20日(土)PM	7月13日(月)	R8.10～11月頃	4月3日(金)	6月17日(水)
5	8月22日(土)AM	8月31日(月)	R8.11～12月頃	6月5日(金)	8月19日(水)
6	8月22日(土)PM	9月14日(月)	R8.12～R9.1月頃	6月5日(金)	8月19日(水)
7	10月17日(土)AM	10月30日(金)	R9.1～2月頃	8月7日(金)	10月14日(水)
8	10月17日(土)PM	11月16日(月)	R9.2～3月頃	8月7日(金)	10月14日(水)
9	12月19日(土)AM	12月21日(月)	R9.3～4月頃	10月2日(金)	12月16日(水)
10	12月19日(土)PM	R9.1月18日(月)	R9.4～5月頃	10月2日(金)	12月16日(水)
11	R9.2月20日(土)AM	R9.2月26日(金)	R9.5～6月頃	12月4日(金)	R9.2月17日(水)
12	R9.2月20日(土)PM	R9.3月15日(月)	R9.6～7月頃	12月4日(金)	R9.2月17日(水)

- 予約方法 予約開始日の午前8:30からLINEにて受付します。
(海老名市公式LINEアカウントの友達追加が必要です。)

STEP 1

海老名市公式アカ
ウントを友達追加▶



STEP 2

「予約・イベント」>「イベント・講座・
応募」>「プレパパ・ママ教室」を選択

STEP 3

必要事項を入力し、予約内容確認後
「予約する」をタップして予約完了!

- キャンセル方法 海老名市公式LINEアカウントの「予約・イベント」>「予約確認・キャンセル」から教室
1日目の3日目の23:59までキャンセルすることができます。
それ以降のキャンセルは、【問い合わせ先】こども育成課までご連絡ください。

- 持ち物 □母子手帳 □筆記用具 □母子手帳を交付した際にお渡しした資料1組
「おいしい!かんたん!マタニティママの食事レッスン」
□(2日目のみ)エプロン、ハンドタオル、バスタオル各1組

【問い合わせ】こども育成課(えびなこどもセンター内) ☎046-235-7885