

2023 年度（令和5年度）

すこやかマタニティスクール

★★申し込み制・定員あり★★

対象 概ね妊娠35週までの初めてママ・パパになる方
会場 えびなこどもセンター
時間 (月)～(金) 13時15分～15時30分（受付は13時から）
(土) 9時15分～11時30分（受付は9時から）

開催時、妊娠35週までの方が
対象です😊お一人様1回まで

		1日目	2日目
内容	出産予定日 (参考)	✿歯の健康・お口のチェック ✿妊娠中の食事 ✿えびなこどもセンターのご案内	✿分娩～産後の経過 ✿赤ちゃんのお風呂の入れ方
1コース	R5.5.18 以降の方	4月 20日 (木)	4月 22日 (土)
2コース	R5.6.16 以降の方	5月 18日 (木)	5月 22日 (月)
3コース	R5.7.16 以降の方	6月 17日 (土)	6月 19日 (月)
4コース	R5.8.18 以降の方	7月 20日 (木)	7月 22日 (土)
5コース	R5.9.15 以降の方	8月 17日 (木)	8月 21日 (月)
6コース	R5.10.6 以降の方	9月 7日 (木)	9月 11日 (月)
7コース	R5.11.17 以降の方	10月 19日 (木)	10月 21日 (土)
8コース	R5.12.15 以降の方	11月 16日 (木)	11月 20日 (月)
9コース	R5.12.31 以降の方	12月 2日 (土)	12月 4日 (月)
10コース	R6.2.16 以降の方	1月 18日 (木)	1月 20日 (土)
11コース	R5.3.16 以降の方	2月 15日 (木)	2月 19日 (月)
12コース	R6.4.5 以降の方	3月 7日 (木)	3月 11日 (月)
		・母子健康手帳 ・筆記用具 ・母子健康手帳を交付した際にお渡しした資料2種類 ①妊娠期のオーラルケア読本 ②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	

2日間の教室です。両日とも出席できる方を優先しますにゃ～☆
体験コーナーもあるので楽しみだにゃ～☆



【申し込み】こども育成課（えびなこどもセンター）

☎046-235-7885