

令和7年度 両親教室 プレパパ・プレママ出産育児教室

●両親教室【予約制 ※ご予約はパマトコから】 4回で1コースです

日 時 原則火曜日 午後1時30分から午後4時まで（受付は午後1時～）

会 場 磯子区役所4階 研究室（区役所の駐車場料金の減免は60分です）

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、お飲物（4回目はズボンで）

対 象 磯子区在住で初めて出産される妊婦さんとご家族（パートナーの方も是非ご参加ください）

内 容 お産の経過と呼吸法、授乳、産前・産後の栄養、歯の健康、赤ちゃんとの快適な過ごし方 等

子育て応援アプリ
「パマトコ」申込は▼



両親教室内容		令和7年										令和8年		
		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
1回目	授乳について、赤ちゃんと快適に過ごすために	1日(火)	7日(水)	3日(火)	1日(火)	5日(火)	2日(火)	7日(火)	4日(火)	2日(火)	6日(火)	3日(火)	3日(火)	
2回目	歯の健康、お産の経過と呼吸法	8日(火)	13日(火)	10日(火)	8日(火)	12日(火)	9日(火)	14日(火)	11日(火)	9日(火)	13日(火)	10日(火)	10日(火)	
3回目	赤ちゃんとの生活	15日(火)	20日(火)	17日(火)	15日(火)	19日(火)	16日(火)	21日(火)	18日(火)	16日(火)	20日(火)	17日(火)	17日(火)	
4回目	産前・産後の栄養、妊婦体操、手続き	22日(火)	27日(火)	24日(火)	22日(火)	26日(火)	30日(火)	28日(火)	25日(火)	23日(火)	27日(火)	24日(火)	24日(火)	
主に対象となる妊婦さんの出産予定月		8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	

●プレパパ・プレママ出産育児教室【予約制 ※ご予約はパマトコから】 年3回土曜日に開催しています

日 時 午前9時30分から正午まで

6月28日（土）（受付開始5月26日（月）午前9時）、10月4日（土）（受付開始9月1日（月）午前9時）

2月14日（土）（受付開始1月13日（火）午前9時）

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、お飲物

対 象 磯子区在住で初めてお父さんになる方と妊婦さん

会 場 磯子区役所7階 会議室（区役所の駐車場料金の減免は60分です）

内 容 2人で子育て、赤ちゃんがいる生活に関する講話、パートナーの方向けの妊婦体験 ほか



【問合せ】
磯子区役所こども家庭支援課
☎ 750-2523