

令和8年度 両親教室のご案内

初めて出産をされる方、参加してみませんか。
 妊娠している方同士でおしゃべりや情報交換をしませんか。
 パートナーと一緒に
 子育てについて考えてみませんか。

要予約

参加は安定期の20週から27週頃をお勧めします。

1コース3回。時間までに会場にお越しください。

※ 経産婦の方はご相談ください。 ※6月以降は3回目のプログラム内容と時間が変更になります。

*** 予定の日程です。 事前にご確認ください ***

【令和8年4月～令和9年3月】

	時間	内 容	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
			1-1	1-1	1-1	1-1	1-1	1-1	1-1	1-1	1-1	1-1	1-1	1-1	1-1
1 回 目	午前	両親教室 <ul style="list-style-type: none"> ・妊娠中の食生活 ・お腹の中から始まる 子育て ・産後の手続きについて 	6 (月)	11 (月)	8 (月)	6 (月)	3 (月)	7 (月)	5 (月)	9 (月)	7 (月)	*12 (火)	1 (月)	8 (月)	
2 回 目	9:30 ～ 午前		<ul style="list-style-type: none"> ・分娩について ・授乳について ・禁煙とがん検診 	20 (月)	18 (月)	15 (月)	13 (月)	17 (月)	14 (月)	19 (月)	16 (月)	14 (月)	18 (月)	15 (月)	15 (月)
3 回 目	11:30 (予定)		<ul style="list-style-type: none"> ・赤ちゃんとの生活、 発達について ・体力づくり 	27 (月)	25 (月)	22 (月)	27 (月)	24 (月)	28 (月)	26 (月)	30 (月)	21 (月)	25 (月)	22 (月)	29 (月)
対象出産予定月(参考)			8月 9月	9月 10月	10月 11月	11月 12月	12月 1月	1月 2月	2月 3月	3月 4月	4月 5月	5月 6月	6月 7月	7月 8月	

予約状況によっては、お断りさせて頂く場合がございます。都合により、講義の順番が変更になる場合があります。

<会 場>金沢福祉保健センター 健診室 AB (区役所5階)

<受 付>開始20分前から

<持ち物>母子健康手帳、「子育てガイドブック」(母子健康手帳交付時にお渡ししています)、筆記用具

<服 装>3回目は運動がしやすい服装でお越しください。

※月をまたいでの参加は申し込み状況によってはお断りする場合があります。

その他のご案内

ご出産後は『出生連絡票』(母子健康手帳についているハガキ)をお出してください。

ご希望の方には、家庭訪問や電話でのご相談をお受けしています。

両親教室のご予約は
こちらから



問い合わせ先 金沢福祉保健センター こども家庭支援課
 電話 045-788-7787
 FAX 045-788-7794

※開催にあたっては、令和8年度予算の議決が条件となります。