



令和8年度 プレパパママクラス



ご妊娠おめでとうございます。
 西区にお住まいで、初めてのお子さんを迎えるパパとママ向けの両親教室です。
 ABCのすべての回へのご受講をお勧めします。
 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。

対象 妊娠7か月(妊娠24週)～9か月(妊娠35週)の妊婦とパートナー **場所** 西区役所3階
 スマイル・ポート(Cの回のみ同内容を実施します)

持ち物 母子健康手帳・子育てガイドブックどれどれ・参加者分の筆記用具・飲み物

予約 【区役所開催】20組(第一子優先、先着順)、予約開始日の9:00～予約を開始し
 右側の二次元コードよりお申込みください
 【スマイル・ポート開催】12組(先着順)、予約開始日の9:30～予約を開始し
 下側の二次元コードよりお申込みください



<区役所用>

受付 15分前より開始します
 Aの回ではベジチェックを行います。開始時間より少し早めにお越しください。

【区役所開催】

回	場所	時間	内容	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	R9.1月	R9.2月	R9.3月
A	西区役所	(月) 13:30 ～ 15:30	ママと赤ちゃんの歯のお話し ママと赤ちゃんの栄養のお話し (ベジチェックをします！) お産の経過と過ごし方 西区の子育て支援	6	11	1	6		7	5	2		6 (水)	1	1
B			パートナーと一緒にできる ヨガ・ストレッチの紹介 赤ちゃんのいる生活 パパとママのコミュニケーション	13	18	8	13		28	19	9		25	8	8
C		(土) 10:00 ～ 12:00	パパママ二人で子育て 抱っこ・沐浴・おむつ交換練習 先輩パパママとの交流	20		15					26				15
予約開始日(9時から)				3/11	4/11	5/11	6/11		8/11	9/11	10/11		12/11	1/11	2/11
予約終了日(9時まで)				3/25	4/25	5/25	6/25		8/25	9/25	10/25		12/21	1/21	2/21

【スマイル・ポート開催】 (お問い合わせ スマイル・ポート 045-264-4355)

回	場所	時間	内容	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	R9.1月	R9.2月	R9.3月
C	スマイル・ポート	(土) 13:30 ～ 15:30	パパママ二人で子育て 抱っこ・沐浴・おむつ交換練習 先輩パパママとの交流		9	27		29		3		12		27	
予約開始日(9時30分から)					4/15	6/2		8/1		9/15		11/17		2/2	
予約終了日(15時30分まで)					5/8	6/26		8/28		10/2		12/11		2/26	

* 西区地域子育て支援拠点スマイル・ポートは、「特定非営利活動法人シャロロック・ホームズ」が西区役所からの委託を受けて運営しています。

※Cの回は、なるべく多くの方がご参加いただけますよう
 区役所開催とスマイル・ポート開催の両方への参加は
 ご遠慮ください。ご理解とご協力をお願いいたします。



<スマイル・ポート用>



【お問い合わせ】
 西区子ども家庭支援課
 TEL 045-320-8467