

潟上市にお住まいの妊産婦さんへ

令和7年度

妊婦さん産婦さん向け教室のお知らせ



- ・参加費用は無料です。体調やご都合のよいときに、ぜひご参加ください♪
- ・教室参加希望の方は、裏面のスケジュールを確認し、期間内に教室申込み専用二次元コードからお申込みください。
- ・お子さまと同伴する場合は申込み時にお知らせください。会場内に託児スペースを準備しています。
- ・教室の参加可否や教室当日の持ちものについては、後日連絡しています。

プレパパ・プレママ教室

これから赤ちゃんを迎える方向けの教室です。育児について一緒に楽しく学習しましょう♪

【対象】 妊婦さんとその夫（パートナー） ※定員6組（先着順）

【内容】 第1回目・第3回目

- ・出産後の赤ちゃんとの生活のはなし
- ・赤ちゃんのお風呂の入れ方見学、育児体験（抱っこ、オムツ交換、おきがえ）
- *教室終了後、ご希望の方は妊婦ジャケットを使った妊婦体験ができます♪

第2回目

- ・赤ちゃんのために心がけたい妊娠中の食事
- ・授乳する前に知っておきたいはなし

【開催時間】 13:30~15:00（受付13:15~）



妊産婦ひよたま教室

妊婦さんと産婦さんが学習しながら情報交換できる教室です。

【対象】 妊娠中の方 & 産後おおむね6か月までの産婦さんとそのお子さん ※定員10組（先着順）

【内容】 ・育児に役立つミニ講話

第1回目：赤ちゃんの発達を促すあそび（講師：菊地 世智子氏）

第2回目：赤ちゃんの眠る力の引き出し方（講師：進藤 実央氏）

第3回目：楽しく授乳するコツ（講師：菅原 光子氏）

・なんでもおしゃべりタイム♪

【開催時間】 10:00~11:30（受付9:30~）



離乳食教室

これから離乳食を始める方向けの教室です。

【対象】 生後4か月から生後6か月までのお子さんがある方 ※定員5組（先着順）

【内容】 ・初めての離乳食の進め方

・離乳食づくり体験と試食

【開催時間】 11:00~12:00（受付10:45~）



※教室内容等が変更となる場合があります。教室の最新情報は、
母子手帳アプリまたは市ホームページでご確認ください。



母子手帳アプリ
母子モ

＜お問合せ先＞

潟上市子育て応援課
こども家庭センターかたるん
☎ 018-853-5372



＜各教室の年間スケジュールは裏面をご覧ください＞

令和7年度 妊婦さん産婦さん向け教室年間スケジュール



日にち	教室名	教室申し込み期間	申し込み専用コード
令和7年 6月 5日（木）	離乳食教室☆	令和7年 5月9日～5月19日	
6月24日（火）	ブレパパ・ブレママ教室（1回目）★	6月3日～6月13日	
7月29日（火）	妊産婦ひよたま教室 （1回目）★	7月7日～7月17日	
8月 8日（金）	離乳食教室☆	7月4日～7月14日	
9月30日（火）	ブレパパ・ブレママ教室（2回目）☆	9月9日～9月19日	
10月 3日（金）	離乳食教室☆	9月5日～9月16日	
11月25日（火）	妊産婦ひよたま教室 （2回目）★	11月4日～11月14日	
12月 4日（木）	離乳食教室☆	11月7日～11月17日	
12月23日（火）	ブレパパ・ブレママ教室（3回目）★	12月2日～12月12日	
令和8年2月 5日（木）	離乳食教室☆	令和8年 1月9日～1月19日	
3月 3日（火）	妊産婦ひよたま教室 （3回目）★	2月9日～2月19日	

【開催場所】 ★・・・市民センター天王館
☆・・・市民センターかたりあん

