

潟上市にお住まいの妊産婦さんへ

令和8年度

妊婦さん産婦さん向け教室のお知らせ



費用はすべて無料です。体調やご都合のよいときに、ぜひご参加ください♪

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。

教室参加希望の方は、母子手帳アプリの [オンライン予約はこちら](#) から予約してください。

### 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）

【日にち】	教室開催日	申込み期間
①	令和8年 5月22日（金）	5月 4日（月）から 5月14日（木）
②	9月18日（金）	9月 1日（火）から 9月10日（木）
③	11月20日（金）	11月 2日（月）から11月12日（木）

【会場】 潟上市市民センター天王館

【時間】 13:30~15:00（受付13:15~）

【内容】 \*育児体験編（①、③）

- ・ 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）
- ・ 妊婦ジャケットを使った妊婦体験（希望者のみ）

\*食事&授乳編（②）

- ・ 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



### 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】 妊婦さん&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）

【日にち】	教室開催日	申込み期間
①	令和8年 7月17日（金）	6月29日（月）から7月 9日（木）
②	令和9年 2月19日（金）	2月 1日（月）から2月11日（木）

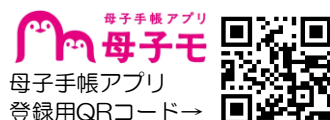
【会場】 潟上市市民センター天王館

【時間】 10:00~11:30（受付9:30~）

【内容】 ・育児に役立つミニ講話

- ① 赤ちゃんの発達を促すあそび
- ② 赤ちゃんの眠る力の引き出し方

・なんでもおしゃべりタイム



母子手帳アプリ  
母子モ  
母子手帳アプリ  
登録用QRコード→

<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



※教室内容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ホームページでご確認ください。