

令和6年度 阿倍野区

R6.4月～

ハローベビー教室（妊婦教室）

参加者さん同士や先輩ママさん達と交流しながら楽しく学びましょう♪



第1回 （第1金曜）

歯科健診・沐浴体験
日常生活のころえ
★歯科健診のみ参加も可能

4/5 5/10※ 6/7
7/5 8/2 9/6
10/4 11/1 12/6
1/10※ 2/7 3/7



第2回 （第2金曜）

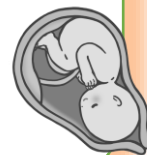
妊娠中の食生活・栄養
赤ちゃんのミルク作り体験
先輩ママさんとの交流

4/12 5/17※ 6/14
7/12 8/9 9/13
10/11 11/8 12/13
1/17※ 2/14 3/14

第3回 （第3金曜）

出産のすすみ方
赤ちゃんを迎える準備
母乳育児について

5/24※
8/23※
11/15
2/21



※は定例日以外の開催です。

事前申し込みが必要
申し込みは先着順です！



■ 対象者：安定期以降の妊婦さん・パートナーさん

■ 時間：午後1時30分～3時30分 ※受付のため開始時間の10分程前にお越しください。

■ 持ち物：母子健康手帳・筆記用具・パンフレット「わくわく」

→母子健康手帳交付時にお渡ししたピンク色の冊子です。

■ 場所：阿倍野区役所1階 第4会議室

■ 費用：無料

■ 定員：第1・2回 → 妊婦さん・パートナーさん 各12名
第3回 → 妊婦さん・パートナーさん 各15名

■ その他：・体調不良の方は参加をお控えください。
・場所が急遽変更となる場合があります。
・当日午前11時時点で大阪市内に暴風警報または
特別警報が発令されている場合は中止します。

■ ご予約：阿倍野区保健福祉センター 保健福祉課（保健活動）

（お問い合わせ） ☎ 06 - 6622 - 9968

【ご参加いただけない方へ】

阿倍野区役所ホームページに
育児に関する動画等を掲載して
います。ぜひご覧ください♪

（右のQRコード
より読み取り
できます。）

