

# ハロー ベビー教室

13時30分～15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



会場 阿倍野区役所 1階 〈第4会議室〉

対象 区内在住で定期以降の妊婦・パートナーさん

持ち物 母子健康手帳・筆記用具・パンフレット「わくわく」\*

\*「わくわく」は、母子健康手帳交付時にお渡ししたピンク色の冊子です

参加費  
**無料**

| 講座名          | 講座内容  | 定員  |
|--------------|---|-----|
| 第1回 「妊娠&体験編」 | <ul style="list-style-type: none"> <li>日常生活の過ごし方</li> <li>出産に向けた準備</li> <li>沐浴体験、プレパパの妊婦体験</li> <li>歯科健診 ★歯科健診のみ参加も可</li> </ul> | 12組 |
| 第2回 「栄養&交流編」 | <ul style="list-style-type: none"> <li>妊娠中にとりたい栄養、気をつけたい食事</li> <li>赤ちゃんのミルク作り体験</li> <li>先輩ママ・パパ&amp;赤ちゃんとの交流</li> </ul>       | 12組 |
| 第3回 「出産編」    | <ul style="list-style-type: none"> <li>お産のはなし</li> <li>赤ちゃんを迎える準備</li> <li>母乳育児の進め方</li> </ul>                                  | 15組 |

要予約  
先着順!

## 開催日程一覧

●出産予定月を目安にお申し込みください(対象月以外の申し込みも可)

| 対象<br>(出産予定期) | 令和7年<br>9月 | 10月  | 11月  | 12月  | 令和8年<br>1月 | 2月   | 3月    | 4月    | 5月    | 6月   | 7月   | 8月   |
|---------------|------------|------|------|------|------------|------|-------|-------|-------|------|------|------|
| 第1回           | 4/4        | 5/9  | 6/6  | 7/4  | 8/1        | 9/5  | 10/3  | 11/7  | 12/5  | 1/16 | 2/6  | 3/6  |
| 第2回           | 4/11       | 5/16 | 6/13 | 7/11 | 8/22       | 9/19 | 10/17 | 11/14 | 12/12 | 1/23 | 2/13 | 3/13 |
| 第3回           |            | 6/20 |      |      | 9/26       |      |       | 12/19 |       |      | 3/27 |      |

※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。

教室に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。

ご参加いただけない方へ▶



問合せ  
申し込み

阿倍野区役所 保健福祉課 保健活動(1階3番窓口)

☎ 06-6622-9968

●電話、窓口または行政オンラインシステムにて申し込みできます

申し込みは  
コチラから▼

