



令和7年度 両親教室（日曜開催）

# プレパパママレッスン



前々日まで予約可  
（先着21組）

**対象** 旭区在住のパパ・ママになる方

**日程** ※ 開催日程については、**出産予定月別**でご案内しています。  
※ ご都合が合わない場合は、ご相談ください。

開催日程	出産予定月のめやす
令和7年 5月 18日（日）	令和7年 7月上旬～9月中旬
7月 27日（日）	令和7年 9月中旬～11月下旬
10月 5日（日）	令和7年11月下旬～令和8年2月上旬
12月 14日（日）	令和8年 2月上旬～4月下旬
令和8年 3月 1日（日）	令和8年 4月下旬～7月上旬

※上旬：1～10日  
中旬：11～20日  
下旬：21～31日

## 内容

赤ちゃん人形で抱っこ体験・沐浴体験  
妊娠期から始める！食育コーナー  
パパの妊婦体験 保育所情報  
育児グッズ展示  
パパ・ママ交流タイム😊



## 時間

**午前9時30分～12時** まで（受付9時15分～）

## 持ち物

母子健康手帳・父子健康手帳・筆記用具・テキスト『わくわく』・あさひキッズカード

## 場所

旭区保健福祉センター **分館**（旭区森小路2-5-26）

## 注意事項

- ・体調が優れない場合は参加をお控えいただき、事前にキャンセルの電話をお願いします。
- ・当日午前7時時点で暴風警報・特別警報が出ている場合は中止します。
- ・分館には駐車場がございません。公共交通機関をご利用ください。
- ・大阪市社会福祉協議会のボランティア・市民活動行事保険（行事の開催中や往復途上の事故等に対する補償）に加入しています。加入にあたり、氏名・住所・電話番号を大阪市社会福祉協議会に提出しています。
- ・パパの妊婦体験ではマジックテープ式の妊婦ジャケットを着用します。洋服が傷まないよう、パパにはセーターよりもトレーナー等でお越しいただくことをおすすめしています。

## お申込み・お問い合わせ

旭区保健福祉センター 保健子育て課（保健活動）  
旭区大宮1-1-17 ☎06-6957-9968

## ☆参考リンク集☆

旭区ホームページ  
「しょうぶちゃん子育て情報BOX」  
（教室開催状況など）



抱っこの仕方



オムツの替え方



着替えの仕方



沐浴の仕方

母子衛生研究会チャンネル 赤ちゃんのお世話のしかた（YouTube 動画リンク）