



予約制（先着20名）
前日まで

歯科健診のみの
予約も可！

パパの参加
大歓迎！

① わくわくクラス

✿ 助産師さんのお話&簡単なストレッチ♪

お産までにこころとからだの準備をしよう！
必見！陣痛対策のアドバイス（助産師）



R8
4/15
(水)

R8
7/15
(水)

R8
10/14
(水)

R9
1/20
(水)

② すくすくクラス

✿ バランス食de気になる体重コントロール！

日ごろの食生活を振り返ってみよう！（栄養士）

✿ はじめての離乳食コーナー♪

✿ 育児グッズ紹介♪

✿ 知っとこ！子育てお役立ち情報！

保育所情報や子育て支援サービス紹介（保健師・保育担当）



R8
5/27
(水)

R8
7/22
(水)

R8
9/16
(水)

R8
11/25
(水)

R9
1/27
(水)

R9
3/24
(水)

③ きらきらクラス

✿ 沐浴体験！抱っこ体験！

実際のあかちゃんはこんな重さ！
あかちゃん人形で沐浴や抱っこ・お着がえを
体験してみよう（保健師）



R8
4/22
(水)

R8
6/24
(水)

R8
8/26
(水)

R8
10/21
(水)

R8
12/23
(水)

R9
2/24
(水)

歯科健診 併設（希望者のみ）

歯科健診 併設（希望者のみ）

対象

旭区在住のパパ・ママになる方

時間

午前 10 時～11 時 30 分 まで

※ 歯科健診のみご希望の方は、午前 9 時 45 分～10 時 の間にお越しください。

持ち物

母子健康手帳・父子健康手帳（パパ参加時）・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

◎体調がすぐ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時から教室開始前までに、以下に該当する発表・発令があった場合は、中止します。

・気象庁より、大阪市内に「暴風警報」または河川氾濫を除く各種「危険警報」・「特別警報」が発表された場合
・大阪市より、旭区に「警戒レベル3（高齢者等避難）」「警戒レベル4（全員避難）」「警戒レベル5（緊急安全確保）」
の発令があった場合

◎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。



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