



予約制（先着20名）前日13時まで

パパの参加 大歓迎！

① わくわくクラス

♣ 助産師さんに聞いてみよう♪
 ～実際のお産のこと～
 必見！陣痛対策のアドバイス（助産師）

♣ あかちゃん人形で抱っこ体験！
 実際のおかちゃんはこんな重さ！
 着替え体験もしてみよう（保健師）

R5
4/19
(水)R5
7/19
(水)R5
10/18
(水)R6
1/17
(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！（栄養士）
 日ごろの食生活を振り返ってみよう！

🍏 知っとこ！子育てお役立ち情報！
 旭区の保育所情報や子育て支援サービスの紹介
 （保健師・あさひ子育てガイド）



歯科検診 併設（希望者のみ）

R5
5/24
(水)R5
7/26
(水)R5
9/27
(水)R5
11/22
(水)R6
1/24
(水)R6
3/21
(木)

③ きらきらクラス

☆ はじめての沐浴体験！
 あかちゃん人形で沐浴を体験しよう（保健師）

☆ 育児情報ビデオ上映・育児グッズ展示

歯科検診 併設（希望者のみ）

R5
4/26
(水)R5
6/28
(水)R5
8/23
(水)R5
10/25
(水)R5
12/27
(水)R6
2/28
(水)

時間

午前10時～11時30分まで

※ 歯科検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時時点で暴風警報が出ている場合は中止します。



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