



令和8年度 両親教室（日曜開催）

# プレパパママレッスン



**対象** 旭区在住のパパ・ママになる方

前々日まで予約可  
（先着21組）

**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          | ※上旬：1～10日<br>中旬：11～20日<br>下旬：21～31日 |
|----------------|--------------------|-------------------------------------|
| 令和8年 5月 17日（日） | 令和8年 7月上旬～9月中旬     |                                     |
| 7月 26日（日）      | 令和8年 9月中旬～11月下旬    |                                     |
| 10月 4日（日）      | 令和8年11月下旬～令和9年2月上旬 |                                     |
| 12月 13日（日）     | 令和9年 2月上旬～4月下旬     |                                     |
| 令和9年 2月 28日（日） | 令和9年 4月下旬～7月上旬     |                                     |

## 内容

赤ちゃん人形で抱っこ体験・沐浴体験  
はじめての離乳食♪  
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
- ◎分館には駐車場がありません。公共交通機関をご利用ください。
- ◎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願いいたします。

## 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

## ☆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）



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）



抱っこの仕方



オムツの替え方



着替えの仕方



沐浴の仕方