



令和8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	※上旬：1～10日 中旬：11～20日 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。
- ・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）



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