

東淀川区プレママ・パパのための



マタニティークラス

あたらしい命を迎えるプレママ・パパ同士で妊娠中の過ごし方や出産・赤ちゃんのお世話について学びましょう。

歯科健診のみ

の参加も可能です
(各Aコースの日程の
13時30分～13時45分)

A

赤ちゃんを迎える準備（抱っこ・授乳）
妊婦体験
お口の健康、歯科健診（希望者）
ママの栄養

担当：歯科衛生士、栄養士、保健師



B

赤ちゃんを迎える準備（着替え・オムツ交換）
リアルベビー体験 サービスの紹介
妊娠中の過ごし方・育児物品・産後の生活について

担当：保健師



C

お産の流れ 授乳の話
沐浴体験

担当：助産師、保健師



要予約・無料

日 程：裏面参照 全3回コース（1回のみ参加もOKです）

時 間：各日程 13時30分～15時30分 **要予約**

場 所：東淀川区役所（開催場所は当日2階案内看板をご確認ください）

持ち物：母子健康手帳・筆記用具

母子健康手帳交付時にお渡しした「わくわく」の冊子

2026年度

日程

要予約



参加の目安として出産予定月をご覧ください。
予定月以外の日程でも、ご参加いただけます。

出産予定日	予約開始日 <small>★午前9:00より受付開始</small>	A	B	C
2026年9月	2026年 3/2 (月)	4/6	4/13	4/20
10月	4/1 (水)	5/11	5/18	5/25
11月	5/1 (金)	6/8	6/15	6/22
12月	6/1 (月)	7/6	7/13	7/27
2027年1月	7/1 (水)	8/3	8/17	8/24
2月	8/3 (月)	9/7	9/14	9/28
3月	9/1 (火)	10/5	10/19	10/26
4月	10/1 (木)	11/9	11/16	11/30
5月	11/2 (月)	12/7	12/14	12/21
6月	12/1 (火)	1/4	1/18	1/25
7月	2027年 1/4 (月)	2/1	2/8	2/15
8月	2/1 (月)	3/1	3/8	3/15

🍀 予約先・お問合せ 🍀

東淀川区役所 保健福祉課 (健康相談)

☎ 06-4809-9968 平日9時~17時30分

※定員になり次第締め切り

🍀 プレママ・パパ含めて参加ご希望の方全員の予約が必要になります。