

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。ご家族等の参加も大歓迎です。

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）

リアルケアベビーでの体験

妊娠中の過ごし方 育児物品・サービスの紹介

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回のみの参加も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

2025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 ★午前9:00より受付開始	A	B	C
2025年9月	2025年 3/3 (月)	4/14	4/21	4/28
10月	4/1 (火)	5/12	5/19	5/26
11月	5/1 (木)	6/9	6/16	6/23
12月	6/2 (月)	7/7	7/14	7/28
2026年1月	7/1 (火)	8/4	8/18	8/25
2月	8/1 (金)	9/8	9/22	9/29
3月	9/1 (月)	10/6	10/20	10/27
4月	10/1 (水)	11/4 (火)	11/10	11/17
5月	11/4 (火)	12/1	12/8	12/15
6月	12/1 (月)	1/5	1/19	1/26
7月	2026年 1/5 (月)	2/2	2/9	2/16
8月	2/2 (月)	3/2	3/9	3/16

✿ 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。