

令和7年度

予約不要

参加費無料

平野マタニティクラス

妊娠中の過ごし方や赤ちゃんを迎える準備について、
みなでおしゃべりしながら学んでいきましょう♪
赤ちゃんの沐浴やお着替えの練習もできます。
お友達作りもかねて気軽にご参加ください★



その1

- ・妊娠中の食生活
- ・赤ちゃん人形で沐浴体験！

その2

- ・妊婦歯科健診
- ・お口の健康
- ・保育園っていつから？
- ・先輩ママと話そう！

その3

- ・出産への準備、産後の過ごし方は？
- ・妊婦さんみんなで話そう！

その1 (火曜日) 10:00～12:00	その2 (火曜日) 13:30～15:30	その3 (火曜日) 10:00～12:00
令和7年4月1日	令和7年4月15日	令和7年6月10日
5月13日	5月20日	
6月3日	6月17日	
7月1日	7月15日	9月9日
8月5日	8月19日	
9月2日	9月16日	
10月7日	10月21日	12月9日
11月4日	11月18日	
12月2日	12月16日	
令和8年1月6日	令和8年1月20日	令和8年3月10日
2月3日	2月17日	
3月3日	3月17日	

◎安定期（妊娠16週）から
その1だけ、その2だけ、など1回限りでも参加できます。

●場所

平野区役所2階 集団検診室

●持ち物

テキスト「わくわく」、母子健康手帳、筆記用具

●問い合わせ

平野区保健福祉センター（保健活動）

TEL:06-4302-9968

妊婦体験もできます！

パパの参加も
お待ちしております♪



歯科健診のみ
受けた方は
こちら！

○妊婦歯科健診○

要予約

○日時

マタニティクラスその2と同日、13:25～又は13:45～

※先着順のご案内です。

○問い合わせ・予約先

平野区保健福祉センター（地域保健）TEL:06-4302-9882

費用無料



保健師は、妊婦さん・赤ちゃんから高齢者まで、あらゆる年代のみなさんの健康づくりをサポートしています。妊娠中・産後の育児に関するご相談に保健師がお答えします。



赤ちゃんが産まれたら…

- ・母子健康手帳交付時にお渡しした水色のはがき(新生児出生連絡票)を持参・または郵送してください。
- ・助産師または保健師が3か月児健康診査までにご家庭に訪問させていただきます。
- ・区役所3階34番窓口で赤ちゃんのことやお母さんご自身のことなど何でもご相談いただけます。
赤ちゃんの身長・体重測定もできます。
お気軽に保健師にお声掛けください。

・産後のつどいを開催しています♪

3か月児健診までの赤ちゃんと言育者の方の交流の場です。

定例：第3火曜日、13:30～15:00

(14:30～15:00はマタニティクラスに参加されている妊婦さんとの交流を行います。)

赤ちゃんの体重の計測、保健師への育児相談や健康相談もできます。

ご参加をお待ちしております🌟

