

令和8年度 妊婦教室のご案内

要予約



対 象

【妊婦教室】

北区在住の**初妊婦の方(妊娠5か月～)**
配偶者・パートナーの方

※受講の順番・回数は自由です。
※参加する日程については表を参考にしてください。

【妊婦歯科健康診査】

北区在住の**妊婦の方**

※歯科健康診査のみ受診の方は**14:30～14:45**に
お越しください。

定員 20名(妊婦さん) 先着順

費用 妊婦教室・歯科健診とも**無料**

場所 北区保健福祉センター 2階 健康増進室・会議室

持ち物 母子健康手帳、妊婦冊子『わくわく』、筆記用具

申込方法：行政オンラインシステム

【妊婦教室】



【歯科健診のみ】



	1回目 ～歯の健康と栄養編～	2回目 ～お産に向けて編～	3回目 ～赤ちゃんとの暮らし編～
時間	13:30～15:10 (受付13:15～13:30)	13:30～15:00 (受付13:15～13:30)	13:30～15:00 (受付13:15～13:30)
内容	○歯の健康を守ろう(歯科衛生士) ○妊婦歯科健康診査(歯科医師) 待ち時間に妊婦さん同士で 交流会をします! 北区の子育て情報を知ろう ○ママと赤ちゃんのための栄養(管理栄養士) カルシウムチェックをします!	○お産の準備をしよう(助産師) 沐浴体験付!	○赤ちゃんのお世話について(保健師) リアルケアベビー 体験も行います! ※リアルケアベビーは 泣き声をあげ育児を疑似体験できる 赤ちゃん型人形です。 ○妊婦さん同士・先輩ママと交流会
出産予定日	日 程		
8月	4月14日(火)	5月26日(火)	6月2日(火)
9月			
10月	5月12日(火)	6月9日(火)	7月7日(火)
11月			
12月	7月14日(火)	8月4日(火)	9月15日(火)
2027年1月			
2月	9月8日(火)	10月13日(火)	11月17日(火)
3月			
4月	11月10日(火)	12月22日(火)	2027年 1月26日(火)
5月			
6月	2027 1月12日(火)	2027年 2月9日(火)	2027 3月16日(火)
7月			

★午前11時時点で暴風警報もしくは特別警報が発令されている場合は開催を中止します。

★お問い合わせ★

北区役所健康課(健康相談)

☎06-6313-9968

歯科健診についてはこちら⇒

☎06-6313-9882