

マタニティーサロンのご案内

ご妊娠おめでとうございます♡

妊娠中の過ごし方や、赤ちゃんとの新生活について、
此花区のプレパパ＆ママで楽しく一緒に学びませんか？このはなファミリー応援します！
ぜひお気軽にお越しください！

場所： 此花区保健福祉センター 2階 講堂E

※4月26日(Aコース)は、3階 講堂A となります。

持ち物：母子健康手帳・テキスト「わくわく」・筆記用具

対象者：此花区在住の妊婦さんとそのご家族

申し込み制 各回 10組まで

要予約

- ・予約は随時受付します
- ・教室受付時に体温測定を行い、37.5度以上ある場合は参加を見合わせていただきます
- ・体調不良等あれば参加はお控えください



	A：安全・安心マタニティライフ	B：赤ちゃんとの生活	C：出産・母乳について
内容	- 乳幼児期の虫歯予防は妊娠中から【歯科衛生士】 - 妊婦歯科健診（希望者） - 妊娠後期の過ごし方 妊婦さん同士の交流 このはなネウボウについて【保健師】 - 妊娠中の食生活【栄養士】	- 赤ちゃん先輩ママとの交流会 - 赤ちゃんの抱き方・服の着せ方 オムツ交換の実演と練習 - 沐浴を簡単に体験してみよう（先着8組様） - 妊婦疑似体験（プレパパ向け）【保健師】	- マタニティストレッチ（ストレッチ等もしますのでズボン等動きやすい服装でお越しください） - 出産の流れ・呼吸法 - 産後に気を付けたい母乳トラブルを知ろう！【助産師】

プレパパに
お勧めは

Bコース！

詳しい日程は
裏面へ！

～令和6年度 マタニティーサロン日程表～

内容		A 歯科健診と併設	B	C
日時		午後1：30～3：30	午後1：30～3：30	午後1：30～3：30
出産予定月	令和6年8月	令和6年4月26日（金）	令和6年5月9日（木）	令和6年4月12日（金）
	令和6年9月			
	令和6年10月	令和6年6月28日（金）	令和6年7月11日（木）	
	令和6年11月			
	令和6年12月	令和6年8月23日（金）	令和6年9月12日（木）	令和6年7月12日（金）
	令和7年1月			
	令和7年2月	令和6年10月25日（金）	令和6年11月14日（木）	令和6年10月11日（金）
	令和7年3月			
	令和7年4月	令和6年12月27日（金）	令和7年1月9日（木）	
	令和7年5月			
	令和7年6月	令和7年2月28日（金）	令和7年3月13日（木）	令和7年1月10日（金）
	令和7年7月			

- ※ 出産予定月に応じた参加日程は参考ですので、体調の良い時期にお越しください。
- ※ お子さんがある場合は、ご一緒に参加できますが、保育はありませんのでご了承ください。
- ※ 警報時：午前11時の時点で「暴風警報」もしくは「特別警報」の発令時は中止となります。



お申し込みを
お待ちしております。
ぜひご参加ください。

歯科健診のみの受診もできます！

妊婦歯科健診

〈日時〉

上記、A日程と同日開催

受付：午後2時～2時30分（要予約）

※お申し込みが多数あれば、お断りさせていただく場合があります。



お申し込み

行政オンラインシステム

または電話か来所にて

マタニティーサロン→



妊婦歯科健診のみ→



此花区保健福祉センター保健福祉課

歯科健診のみ：☎06-6466-9882（㊚窓口 地域保健）

マタニティーサロン：☎06-6466-9968（㊚窓口 保健活動）