

2019年度

フルワーキングマザーのための 出産直前講座



仕事で忙しくてなかなか妊婦教室に参加できないという方！

産後の生活をイメージしながら、働くママならではの育児情報などについて一緒に考えましょう。
妊娠中に知っておきたい！母乳育児の準備やおっぱいケアの方法などについても学ぶことができます！

日程	出産予定月	日程	出産予定月
2019年 5月11日(土)	7・8月	11月 2日(土)	1・2月
7月 6日(土)	9・10月	2020年 1月11日(土)	3・4月
9月 7日(土)	11・12月	3月 7日(土)	5・6月

時間 : 午前10時～12時 (受付: 9時45分～)

場所 : 都島区保健福祉センター 分館 2階

対象 : 妊娠中に働いているプレママ ※プレパパの参加も大歓迎！
先着 40組 (参加無料・要予約)

内容

赤ちゃんとの生活ってどんなの？ 赤ちゃんのお世話について 働くママのための育児情報	保健師
産前・産後の過ごし方 母乳で育てるための準備、おっぱいケア 母乳育児に役立つグッズの紹介	助産師
交流会・個別相談 パパも一緒に！妊婦体験など	保健師・助産師



持ち物 : 母子健康手帳、テキスト「わくわく」、筆記用具

※会場内には自動販売機がありませんので、水分補給できるものをご持参ください

協賛 : カネソン本舗 柳瀬ワイチ株式会社 (大阪市すこやかパートナー)

※大変申し訳ありませんが、保育は実施しておりません。

《申込み・お問合せ》 ※ 各回前日 17時半までにお願い致します。

都島区保健福祉センター分館 地域保健活動
都島区中野町 5-15-21 Tel06-6882-9968
kenkou-miyakojima@city.osaka.lg.jp



※ メールでお申し込みされる場合は、

「参加日程・氏名・出産予定日・電話番号・配偶者などご家族の参加の有無」を入力の上お申し込みください