

令和7年度

みやっこプレパママクラス

働いていて平日の教室へ参加が難しい妊婦さんとそのご家族を対象に、出産・育児への不安が解消できるように教室を実施しています。産後の生活をイメージしながら、妊娠中に知っておきたい出産・育児の準備について学ぶことができます！

日程		出産予定月	受付開始日
令和7年 5月10日(土)	午前10～12時 (受付:9時45分～)	7・8月	令和7年 4月1日(火)
7月12日(土)		9・10月	6月2日(月)
9月13日(土)		11・12月	8月1日(金)
11月8日(土)		1・2月	10月1日(水)
令和8年 1月17日(土)		3・4月	12月1日(月)
3月14日(土)		5・6月	令和8年 2月2日(月)

場 所 : 都島区保健福祉センター 分館 2階

対 象 : 都島区在住の妊娠中に働いている初妊婦とそのご家族等 先着 14組
(上記、予定月の日程でお申込み下さい。)

内 容 : 参加無料・要予約

産前・産後の過ごし方 授乳・おっぱいケアなど	助産師
ベビー人形・リアルケアベビーを用いた育児体験 プレパパの妊婦ジャケット体験など	保健師
育児に役立つグッズの紹介など	カネソン株式会社 担当者

働くパパママのための情報コーナー(制度情報・保育所など)も準備しています。

持ち物 : 母子健康手帳、テキスト「わくわく」、筆記用具、水分補給できるもの

協 賛 : カネソン株式会社(大阪市すこやかパートナー)

※ 当日、朝7時の時点で暴風警報・特別警報が出ている場合は中止となります。

《申込み・お問合せ》平日9時～17時30分/土日祝・年末年始は除く

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

教室当日は土曜日で、お電話が
繋がりませんのでご注意ください。



※ メールでお申し込みされる場合は、

「参加希望日程・氏名・出産予定日・電話番号・住所・ご家族の参加の有無」を入力の上、お申込みください。