

令和8年度

みやっこプレパママクラス

初めての出産を迎え、平日の教室参加が難しい共働き世帯を対象に、出産・子育て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！また、プレパパ交流会では子育て期における家事・育児の分担について話し合う機会を設けています。

日程		出産予定月	受付開始日
令和8年 5月9日(土)	午前 10~12時 (受付: 9時45分~)	令和8年 7・8月	令和8年 4月1日(水)
7月11日(土)		9・10月	6月1日(月)
9月12日(土)		11・12月	8月3日(月)
11月14日(土)		令和9年 1・2月	10月1日(木)
令和9年 1月16日(土)		3・4月	12月1日(火)
3月13日(土)		5・6・7月	令和9年 2月1日(月)

場 所 : 都島区保健福祉センター 分館 1・2階

上記、予定月の日程でお申込み下さい。

(受付は2階です。エレベーターをご利用ください。)

対 象 : 都島区在住の働いている初妊婦とそのパートナー等 先着 16組

(3人以上になる場合はご相談ください。)

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 プレパパ交流会「産後の生活をイメージしてみよう！」 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 Tel.06-6882-9968

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。