

令和8年度

WakuWaku マタニティスクール



パパの参加も
大歓迎！

無料

時間： 13：30～15：30

場所： 西成区役所2階 集団検診室

持ち物： 母子手帳、テキスト（わくわく）、飲み物、筆記用具

予約不要

①育児・交流編

- ・妊娠中の過ごし方
- ・赤ちゃんとの交流
- ・沐浴について

②歯科・栄養編

- ・歯の健康
- ・妊娠中の食生活

③妊娠・出産編

動きやすい服装でお越しください

- ・お産の進み方
- ・マタニティストレッチ
- ・乳房ケア

①育児・交流編

R8年 5月20日（水）



7月15日（水）



9月16日（水）



11月18日（水）



R9年 1月20日（水）



3月17日（水）



②歯科・栄養編

R8年 4月15日（水）



6月17日（水）



8月19日（水）



10月21日（水）



12月16日（水）



R9年 2月17日（水）



③妊娠・出産編

R8年 6月24日（水）

9月30日（水）

12月23日（水）

R9年 3月24日（水）



妊婦歯科健診

【①育児交流編】と【②歯科栄養編】では
歯科健診を行っています。

教室に参加せず歯科健診だけ受診することも
できます！

（妊婦さんのみ 受付14：00～14：30）



←このマークの日にお越しください

【お問い合わせ】

西成区保健福祉センター
地域保健活動

電話：06-6659-9968

日頃より健康相談・育児相談を
行っています

お気軽にお電話ください

