

令和8年度

マタニティクラス



参加
無料

各回 先着20組 (予約制)

Aコース

- ・妊婦歯科健診
- ・赤ちゃん人形 抱っこ体験
- ・先輩ママ・パパや赤ちゃんとの交流会
- ・妊娠中の食生活



妊婦歯科健診のみ
の参加も可能

Bコース

- ・妊娠中の過ごし方
- ・育児グッズをみてみよう
- ・赤ちゃんの沐浴体験



妊婦体験コーナーも
あります



Cコース

- ・お産の進み方
- ・マタニティストレッチ体験
- ・保育所について
- ・大阪市の子育てサービス



対象者

区内在住の妊婦さん・パートナーさん等
(1組2名まで)

時間

13:30 ~ 15:30

(受付のため開始10分前頃にはお越しください)
※妊婦歯科健診のみご希望の方は、14:00までにお越しください

場所

住之江区保健福祉センター分館 2階

※エレベーターはございません

申し込み

行政オンラインシステム

または

電話 06-6682-9968

(保健福祉課 地域保健活動)

平日 9:00 ~ 17:30 区役所3F 31番窓口



日 程

出産予定月を目安にお申込みください。
ご都合と体調が良い日程にご参加ください。

出産予定月	Aコース<第2月曜日>	Bコース<第3水曜日>	Cコース<第4月曜日>
R8. 8月	4月13日（月）		
9月	5月11日（月）	5月20日（水）	6月22日（月）
10月	6月8日（月）		
11月	7月13日（月）		
12月	8月10日（月）	8月19日（水）	9月28日（月）
R9. 1月	9月14日（月）		
2月	10月19日（月）※		
3月	11月9日（月）	11月18日（水）	12月21日（月）※
4月	12月14日（月）		
5月	1月18日（月）※		
6月	2月8日（月）	2月17日（水）	3月15日（月）※
7月	3月8日（月）		

※定例外の開催

持 ち 物

母子健康手帳、テキスト「わくわく」、筆記用具



母子健康手帳交付時に
お渡ししています

ア ク セ ス



※11:00の時点で暴風警報もしくは特別警報が発令されている場合は中止になります。