

天王寺区のプレママさん集まれ！！

マタニティ教室

1回目

- ・妊娠中の過ごし方、赤ちゃんを迎える準備について（沐浴など）
- ・リアルケアベビーのお世話体験
- ・先輩ママとの交流会

担当：保健師

リアルケアベビーとは

だっこ、ミルク、オムツ交換などを求めて実際の赤ちゃんのように泣く赤ちゃん人形です。



赤ちゃんのお世話を
疑似体験してみましょう



1回目

2回目

- ・妊娠中の栄養
- ・ママと赤ちゃんの歯の健康
- ・妊婦歯科健診
- ・地域の子育て情報（保育所情報など）

担当：管理栄養士 歯科医師
歯科衛生士 保健師
保育コンシェルジュ

3回目



3回目

- ・お産の経過と母乳のお話
- ・妊婦体操

※動きやすい服装でお越しください

担当：助産師 保健師



場所

天王寺区役所 会議室または講堂

当日、1F正面玄関のホワイトボードをご確認ください
※場所は変更になる場合があります

時間

午後1:30～3:30



母子健康手帳交付時に
お渡ししています。

持ち物

母子健康手帳・筆記用具・テキスト「わくわく」

申込み



こちらのQRコードにアクセスし、
教室の前々日までにWebよりお申込みください
(R8年2月3月実施分はお電話でお申込みください)

気軽にいつでも
お申込みできる
ようになりました！





スケジュール



1回のみの参加や
出産予定月以外の
ご参加もOKです！

| 出産予定月 | 1回目 定員10名 | 2回目 定員14名 | 3回目 定員18名 | 予約方法 |
|-------|--------------|--------------|----------------------|--|
| 令和8年 | 6月 2月6日(金) | 2月13日(金) | 3月27日 (金) | お電話 または 窓口にて |
| | 7月 3月6日(金) | 3月13日(金) | | |
| | 8月 4月3日(金) | 4月10日(金) | | |
| | 9月 5月8日(金) | 5月15日(金) | 6月19日 (金) | R8年度実施分より 予約方法が 変更になります！ |
| | 10月 6月5日(金) | 6月12日(金) | | |
| | 11月 7月3日(金) | 7月10日(金) | | |
| | 12月 8月7日(金) | 8月21日(金) | 9月18日 (金) | |
| 令和9年 | 1月 9月4日(金) | 9月11日(金) | | |
| | 2月 10月2日(金) | 10月9日(金) | 12月18日 (金) | 上記QRコードを 読み取っていただくか でご検索いただき 教室の前々日までに お申し込みください |
| | 3月 11月6日(金) | 11月13日(金) | | |
| | 4月 12月4日(金) | 12月11日(金) | | |
| | 5月 1月8日(金) | 1月15日(金) | | |
| | 6月 2月5日(金) | 2月12日(金) | 令和9年 3月19日 (金) | |
| | 7月 3月5日(金) | 3月12日(金) | | |



2回目は歯科健診のみでも受付します(午後2:50~3:00の間にお越しください)
※参加人数によってはお待ちいただくことがあります。ご了承ください。

- ※午前11:00時点で暴風警報もしくは特別警報が発令された場合その日のマタニティ教室は中止します
- ※感染症の流行状況によっては教室を中止させていただく場合があります
- ※令和9年4月以降の日程については、令和9年1月以降に下記の連絡先まで
お問い合わせいただくか、広報紙、天王寺区役所ホームページにてご確認ください
- ※定員人数は変更になることがあります

パパの参加も
大歓迎です

