

令和7年度

# ふれママ・パパ教室のご案内

教室に参加して、出産や育児に関する正しい知識を学ぶとともに、安心してお子さんと過ごせるよう、育児の準備を始めましょう。「赤ちゃんのいる生活」を今からイメージしてみませんか？

## 内容

### 【毎回開催】

#### ♪赤ちゃんのお風呂

(沐浴、赤ちゃんの抱っこやお着替えの体験ができます♪)

ご希望の方には妊婦服の体験もしていただけます♪

#### ♪妊娠と出産後の話

(産前産後のマイナートラブルや、出産後のパートナーの役割についてお話しします♪)

### 【どちらか開催】\*下記の表をご参照ください

#### ♪妊娠中の食事の話      ♪妊娠中の歯の話

日程	令和7年 4月4日(金)	令和7年 6月6日(金)	令和7年 8月1日(金)	令和7年 10月3日(金)	令和7年 12月5日(金)	令和8年 2月6日(金)
講話内容						
午前の部	×	歯の話	×	食事の話	×	歯の話
午後の部	食事の話	食事の話	食事の話	歯の話	歯の話	食事の話

◎時間：午前の部：午前9時30分～午前11時30分

午後の部：午後1時30分～午後3時30分

(※開始10分前までにお越しください)

◎対象者：南区に住民票を有する妊娠24週以降の  
第1子を妊娠中の妊婦とパートナー

◎定員：12組(先着順)

◎申込方法：京都市HP(右上のQRコードから)申込フォームでお申込みください。

◎申込期間：開催2か月前の1日(祝休日も含む)9:00～開催2日前まで

◎場所：南区役所保健福祉センター(南区役所 別館)1階

◎持ち物：母子健康手帳、テキスト「赤ちゃんといっしょ」、バスタオル1枚(沐浴体験用)

☆当日は体調を確認(検温)のうえ、ご来所ください☆

ご不明な点や質問等ございましたら、お気軽にお問い合わせください♪

問合せ先：南区役所保健福祉センター 子どもはぐくみ室子育て相談担当

TEL (075) 681-3574