

令和8年度

プレママ・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8年	令和8年	令和8年	令和8年	令和9年	令和9年
講話内容	5月8日(金)	7月3日(金)	9月4日(金)	11月6日(金)	1月8日(金)	3月5日(金)
午前の部	×	歯の話	×	歯の話	×	歯の話
午後の部	歯の話	栄養の話	栄養の話	栄養の話	歯の話	栄養の話

◎時間：午前の部：午前9時30分～11時30分 受付時間：午前9時10分～9時20分

午後の部：午後1時30分～3時30分 受付時間：午後1時10分～1時20分

◎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。

※午前または午後どちらか1つをご選択ください。

◎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 講堂

◎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）



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