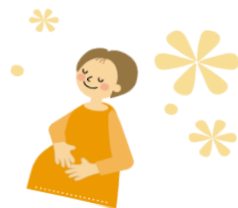




妊婦さんクラス

ご妊娠おめでとうございます！妊娠中の体のこと、準備すること、産後の生活などについて、お話を聞いてみませんか？ 地域で活動している助産師が、リアルな子育ての状況や、子育て準備に役立つ情報をお伝えします。皆さんからの質問や疑問も大歓迎。安心して赤ちゃんをお迎えできるよう、いろいろ聞いてみましょう。



【対象】 区内在住の妊婦さんで、妊娠20週以降の方（このクラスに初めて参加される方）

【定員】 先着 12名程度（経産婦さんも申し込み可能です） ★事前申し込み制です。

【一時保育】 なし 【参加費】 無料

【持ち物】 母子健康手帳、飲み物、筆記用具 など

【講師】 助産師（公社）東京都助産師会新宿中野杉並地区分会所属

実施日	時間	開催場所	受付開始日
4/20（土）	午後1：30～3：30	鷺宮すこやか福祉センター	4/8（月）
5/11（土）	午後1：30～3：30	中部すこやか福祉センター	4/30（火）
7/20（土）	午後1：30～3：30	南部すこやか福祉センター	7/8（月）
8/24（土）	午後1：30～3：30	北部すこやか福祉センター	8/12（月）
9/7（土）	午後1：30～3：30	中部すこやか福祉センター	8/26（月）
10/19（土）	午後1：30～3：30	鷺宮すこやか福祉センター	10/7（月）
11/9（土）	午後1：30～3：30	南部すこやか福祉センター	10/28（月）
R7年1/18（土）	午後1：30～3：30	中部すこやか福祉センター	1/6（月）
2/8（土）	午後1：30～3：30	北部すこやか福祉センター	1/27（月）
3/8（土）	午後1：30～3：30	南部すこやか福祉センター	2/27（月）

【事業に関する問い合わせ先】

中野区地域包括ケア推進課 すこやか福祉センター企画調整係

03-3388-8809



お申し込みはこちらのQR
コードからになります。