

2026年度 後期分

2026.7.1



こんにちは赤ちゃん学級



ご夫婦での参加、
ママだけ、パパだけの参加、
祖父母等ご家族の参加、
いずれも大歓迎!!
(1世帯2名まで参加可)

対 象：お申込日及び開催日当日に区内に住所があり、はじめて出産をむかえる妊婦とその家族
～妊娠20週以降35週までの期間での方が対象です～

内 容：沐浴実習・パパの妊婦体験・産後のことと身体についてのお話し 他（各会場いずれも同一の内容です）

時 間：【午前】9時30分～12時 または【午後】13時45分～16時15分

定 員：・中部すこやか福祉センター 42人 ・北部すこやか福祉センター 30人 ・南部すこやか福祉センター 36人 ・鷺宮すこやか福祉センター 24人

【申し込み方法】

参加をご希望される方は、希望回の申し込み開始日になりましたら、
中野区ホームページより電子申請でお申し込みください。(右QRコードより) ※先着順となります。
※電子申請を持って受付完了となります。確認メール等は送付いたしませんので、直接会場にお越しください。

【問合せ先】

(株)つつみ式 中野区新井2-5-4「こんにちは赤ちゃん学級係」
月曜日～金曜日 9:00～17:00 TEL 03-3388-8565 または 03-5380-3810



※前期分(9月迄)の日程は中野区
ホームページで確認できます

※母子手帳と筆記用具をお持ちください。

お友達づくりのために、お住まいの住所地を担当するすこやか福祉センターでのご参加をおすすめしていますが、他の開催会場もお申込みできます。

2026年(令和8年)後期

実施日	時間	開催場所	申し込み期間	実施日	時間	開催場所	申し込み期間
10/3(土)	午後	北部すこやか福祉センター	9月3日～9月24日	2027年(令和9年)			
10/17(土)	午後	中部すこやか福祉センター	9月17日～10月8日	1/9(土)	午後	南部すこやか福祉センター	12月9日～12月28日
10/24(土)	午前	鷺宮すこやか福祉センター	9月24日～10月14日	1/16(土)	午前	鷺宮すこやか福祉センター	12月16日～1月6日
10/31(土)	午後	北部すこやか福祉センター	10月1日～10月21日	1/23(土)	午前	中部すこやか福祉センター	12月23日～1月13日
11/7(土)	午前	中部すこやか福祉センター	10月7日～10月29日	1/30(土)	午後	北部すこやか福祉センター	12月28日～1月20日
11/14(土)	午後	北部すこやか福祉センター	10月14日～11月4日	2/6(土)	午前	鷺宮すこやか福祉センター	1月6日～1月27日
11/21(土)	午後	中部すこやか福祉センター	10月21日～11月11日	2/13(土)	午前	南部すこやか福祉センター	1月13日～2月3日
11/28(土)	午前	鷺宮すこやか福祉センター	10月28日～11月18日	2/13(土)	午後	南部すこやか福祉センター	1月13日～2月3日
11/28(土)	午後	鷺宮すこやか福祉センター	10月28日～11月18日	2/20(土)	午後	中部すこやか福祉センター	1月10日～2月10日
12/5(土)	午後	北部すこやか福祉センター	11月5日～11月26日	2/27(土)	午前	鷺宮すこやか福祉センター	1月27日～2月17日
12/12(土)	午前	鷺宮すこやか福祉センター	11月12日～12月2日	3/6(土)	午後	北部すこやか福祉センター	2月5日～2月26日
12/19(土)	午前	中部すこやか福祉センター	11月19日～12月9日	3/11(木)	午後	中部すこやか福祉センター	2月10日～3月1日
12/19(土)	午後	中部すこやか福祉センター	11月19日～12月9日	3/13(土)	午後	北部すこやか福祉センター	2月12日～3月3日
				3/20(土)	午後	南部すこやか福祉センター	2月19日～3月10日

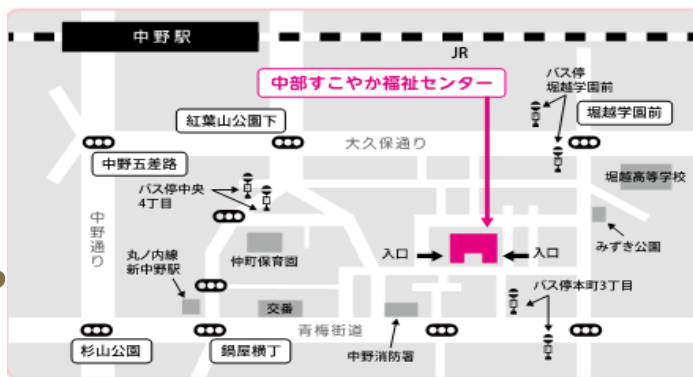
(会場の地図、連絡先は裏面をご覧ください)

会場案内図

中部すこやか福祉センター

中野区中央3-19-1 電話03-3367-7788

《交通》 電車：JR中央線、東京メトロ東西線「中野」駅下車 南口より徒歩20分
東京メトロ丸ノ内線「新中野」駅下車 出口4番より徒歩9分
バス：京王バス（渋64）、関東バス（宿05）「堀越学園」下車 徒歩5分



鷺宮すこやか福祉センター

中野区若宮3-58-10 電話03-3336-7111

《交通》 電車：西武新宿線「鷺ノ宮」下車 南口より徒歩3分
バス：関東バス（阿01）「鷺ノ宮駅」下車 徒歩5分



北部すこやか福祉センター

中野区江古田4-31-10 電話03-3388-0240

《交通》 電車：西武新宿線「沼袋」下車 北口より徒歩10分
バス：京王バス（中92）「江古田四丁目」下車 徒歩2分



南部すこやか福祉センター（みなみらいず内）

中野区弥生町5-11-26 電話03-3380-5551

《交通》 電車：東京メトロ丸ノ内線「中野富士見町」駅下車 徒歩7分
バス：京王バス（渋63）渋谷駅行、（宿45）新宿駅西口行「富士高校」下車 徒歩1分

