

母親学級・両親学級

●対象	妊娠16週から28週の間の方と夫 *初妊婦の方が優先です。	
●定員	40人	
●内容	3日間で1コース *3日目はご夫婦でご参加ください(原則)。	
	1日目	オリエンテーション・妊娠中の栄養・調理実習
	2日目	歯科保健・妊婦体操・お産の経過
	3日目	沐浴実習・新生児の保育・妊婦体験(夫)
●時間	1日目	9:30~12:30
	2日目	13:30~16:00
	3日目	(午前の部) 9:45~12:00
		(午後の部) 13:30~15:45
*3日目の「午前の部」と「午後の部」は同じ内容です。 3日目の「午前の部」「午後の部」のいずれの参加になるかは、1日目にお伝えします(希望制ではありません)。		
●費用	1日目のみ実習材料費として1人500円	
●持ち物	母子健康手帳・筆記用具・エプロン・三角巾・母子健康手帳副読本	
●会場	保健センター	
●申込み	*右表申込み開始日から、電話にて <u>午前9:00から先着順</u> で受付をします(予約制)。	
	*原則3日間コースですが、 <u>共働きの方は3日目のみ</u> での参加もできます(若干名)。	
	* <u>対象出産予定日を超えての受講は安全上の理由により、ご遠慮いただいています。</u>	

コース	1日目	2日目	3日目	対象出産予定日	申込期間
H30年 4月	4月12日 (木)	18日 (水)	21日 (土)	H30 7/8~9/27	H30年 3/15~3/22
5月	5月15日 (火)	21日 (月)	26日 (土)	8/12~10/30	4/25~5/2
6月	6月14日 (木)	26日 (火)	30日 (土)	9/16~11/29	5/29~6/5
7月	7月19日 (木)	30日 (月)	8月4日 (土)	H30 H31 10/21~1/3	7/2~7/9
8月	8月28日 (火)	9月3日 (月)	8日 (土)	H30 H31 11/25~2/12	8/1~8/8
10月	10月2日 (火)	10日 (水)	13日 (土)	H30 H31 12/30~3/19	9/12~9/19
11月	11月6日 (火)	12日 (月)	17日 (土)	2/3~4/23	10/16~10/23
12月	12月7日 (金)	12日 (水)	15日 (土)	3/3~5/24	11/21~11/28
H31年 1月	1月11日 (金)	22日 (火)	26日 (土)	4/14~6/28	12/18~12/25
2月	2月22日 (金)	3月5日 (火)	9日 (土)	5/26~8/9	H31年 2/5~2/12