

令和6年度

東区 安産教室



東区では 妊婦さんとそのご家族が安心して出産・子育てを迎えられるよう
妊娠前期と後期に講座を開催しています。ぜひお気軽にご参加ください。

- 対象者**：東区にお住まいの下記対象の妊婦さん（各回先着10名・予約制）
★妊娠後期の講座は、ご主人やパートナーの方も一緒に参加できます。
- 会場**：木戸健康センター（東区役所2階） 東区下木戸1-4-1
- 参加費**：無料
- 持ち物**：母子健康手帳、筆記用具、必要に応じて飲み物など

妊娠前期・後期の講座 それぞれのお申し込みが必要です

妊娠前期の すこやかママ講座	対象 (出産予定月)	開催日 (第2火曜日)	申込み開始日
受付 13:15~ 開催 13:30~15:00 (90分) ☆ ママと赤ちゃんのための すこやかな食事 ☆ ママと赤ちゃんのための お口の健康 ☆ ママの ころとからだの変化 ☆ 産前・産後のお役立ち情報 ☆ ちょこっと交流タイム	令和6年 8・9・10月	令和6年 5月14日 (火)	令和6年 4月24日 (水)
	令和6年 11・12月 令和7年 1月	令和6年 8月6日 (火)	令和6年 7月24日 (水)
	令和7年 2・3・4月	令和6年 11月12日 (火)	令和6年 10月23日 (水)
	令和7年 5・6・7月	令和7年 2月4日 (火)	令和7年 1月22日 (水)

妊娠後期の ウェルカム赤ちゃん講座	対象 (出産予定月)	開催日 (第2火曜日)	申込み開始日
☆ ご主人やパートナーの方も参加できます 受付 13:15~ 開催 13:30~15:30 (120分) ☆ 赤ちゃんのお世話体験 ☆ 沐浴のやり方とポイント ☆ 赤ちゃんが泣いて困ったら ☆ ママとパパの ころの健康 ☆ 産前・産後のお役立ち情報 ☆ ちょこっと交流タイム	令和6年 5・6・7月	令和6年 4月9日 (火)	令和6年 3月19日 (火)
	令和6年 7・8・9月	令和6年 6月11日 (火)	令和6年 5月22日 (水)
	令和6年 8・9・10月	令和6年 7月9日 (火)	令和6年 6月19日 (水)
	令和6年 10・11・12月 令和7年 1月	令和6年 9月10日 (火)	令和6年 8月21日 (水)
	令和6年 11・12月 令和7年 1月	令和6年 10月8日 (火)	令和6年 9月18日 (水)
	令和7年 1・2・3月	令和6年 12月10日 (火)	令和6年 11月20日 (水)
	令和7年 2・3・4月	令和7年 1月14日 (火)	令和6年 12月18日 (水)
	令和7年 4・5・6月	令和7年 3月11日 (火)	令和7年 2月19日 (水)
	令和7年 5・6・7月	次年度	令和7年 3月19日 (水)



東区公認
キャラクター
めたりん

- ★感染症対策などの最新情報は、新潟市ホームページなどでご確認ください。
- ★講座内での撮影や録音などは許可がある場合以外はお控えください。

申込み・問い合わせは
お電話で

東区健康福祉課 健康増進係
☎025-250-2340

新潟市すべての区の
安産教室はこちらから

新潟市 安産教室

