



# 安産教室のご案内

江南区では妊婦さんご家族が安心して出産を迎えられ、生まれてくる赤ちゃんとの楽しい生活がスタートできるように、安産教室を開催しています。

【対象者】 江南区にお住まいで、下記出産予定日の妊婦さん  
各回先着16名（2回目は同伴者1名まで可） \*初産の方優先です

予約制です

【会場】 亀田健康センター  
住所：江南区泉町3-1-3 \*裏面参照（江南区役所隣り）

【持ち物】 母子健康手帳、筆記用具 \*詳細は予約時にご確認ください。



## 【内容】

|                    | 時間                         | 内容  |
|--------------------|----------------------------|---|
| 1回目<br>すこやかママ講座    | 13:30~15:15<br>(受付 13:15~) | ★妊娠から出産までの経過や過ごし方<br>★妊娠中の栄養と食生活について<br>★お母さんと赤ちゃんの歯のお話 |
| 2回目<br>ウェルカム赤ちゃん講座 | 13:30~15:30<br>(受付 13:15~) | ★沐浴体験~赤ちゃんとお風呂タイム~<br>★産後のこととからだ<br>★赤ちゃんとの生活について       |

## 【日程】

| 対象者（出産予定日）     | 1回目       | 2回目      | 申込み開始日    |
|----------------|-----------|----------|-----------|
| 令和8年8~10月      | 5月12日（火）  | 6月2日（火）  | 4月22日（水）  |
| 令和8年11月~令和9年1月 | 8月4日（火）   | 9月1日（火）  | 7月22日（水）  |
| 令和9年2~4月       | 11月10日（火） | 12月1日（火） | 10月21日（水） |
| 令和9年5~7月       | 2月2日（火）   | 3月2日（火）  | 1月20日（水）  |

◆◆お願い◆◆ 発熱や咳など体調不良の場合は、ご参加をお控えください。

【申込み・問い合わせ】 江南区役所 健康福祉課 健康増進係 ☎025-382-4340

★公民館で「安産教室~パパになる準備」を開催しています。  
詳しくは新潟市ホームページをご覧ください。



## \*\*\* 会場のご案内 \*\*\*

### 亀田健康センター

江南区泉町3-1-3

\* 江南区役所正面入口に向かって右側の建物です

\* 職員は駐在していません

