



2025年度

# プレママ・パパセミナー

妊娠おめでとうございます  
秋葉区では妊婦さんとそのご家族を対象に  
すこやかな出産を迎えるための教室を開催しています

対象者：秋葉区在住下記の対象の妊婦さんと夫・パートナー

定 員：7組

会 場：新津健康センター

時 間：13：30～15：00

持ち物：母子手帳、筆記用具、バスタオル1枚、飲み物

参加費：無料

開催日	対象（出産予定日）	内容	申し込み開始日
2025年 6月 7日（土）	2025年 8月～10月	①	2025年 5月4日（日）
9月 6日（土）	11月～ 2026年 1月	①	8月3日（日）
12月 6日（土）	2月～4月	①	11月2日（日）
2026年3月 7日（土）	5月～7月	①	2026年 2月1日（日）

	内 容
①	☆赤ちゃんのいる暮らし ☆赤ちゃんの泣きについて ☆楽な抱っこの姿勢、オムツ交換、沐浴の仕方 ☆ママ・パパ2人で考えてみよう ☆相談窓口の紹介

