

2019年度 両親学級のおさそい



ご妊娠、おめでとうございます。

これからも、妊娠・出産・育児を二人で協力しあっていくことが大切です。

地域の仲間・友達をつくりませんか？ 皆様のご参加お待ちしております。

《対 象》 初めてご出産の方・パートナー（妊婦さまのみでも可）

《定 員》 50組

安全のため、妊娠20週から28週頃に受講できるよう、出産予定日により受講対象月が決まっています。（裏面をご覧ください）

ご予約は先着順です。妊娠10週ごろになりましたら受講の予約をしてください。

定員になり次第受付を締め切ります。ご了承ください。お車での来所はお控え下さい。

また、ご都合や体調でキャンセルされる場合はご連絡下さい。

《会 場》 高津区役所保健福祉センター 1階 保健ホール

（区役所入口の右隣に保健福祉センターの入口があります）

《受付時間》 8時45分～9時

《開催時間》 9時～11時30分

《持ち物》 母子手帳 筆記用具

	項目	内容
1日目	妊娠中からの健康づくり （グループワーク） 赤ちゃん和健康リビング	地区別グループでの話し合い 環境衛生監視員からのお話
2日目	歯と口の健康 妊娠中からの豊かな食生活 お産の経過と産後の生活	歯科衛生士からのお話 栄養士からのお話 地域 助産師からのお話
3日目	赤ちゃんの健康と育児 （グループワーク）	地区別グループでの話し合い 赤ちゃん人形の着替え・抱っこ 沐浴見学・妊婦体験ジャケット

両親学級内でご案内します。

《マザーズブラッシング》 毎月第4火曜日。唾液のpH検査、歯みがき実習。

《マタニティクッキング》 日程は両親学級参加時にご確認ください。



ご予約・お問合せ先 高津区役所保健福祉センター

044-861-3315

2019年度 両親学級日程表

出産予定日	受講対象コース	受講日		
		1日目	2日目	3日目
2019年 7月 8月	2019年4月	2日 (火)	9日 (火)	16日 (火)
8月 9月	5月	7日 (火)	14日 (火)	21日 (火)
9月 10月	6月	4日 (火)	11日 (火)	18日 (火)
10月 11月	7月	2日 (火)	9日 (火)	16日 (火)
11月 12月	8月	6日 (火)	13日 (火)	20日 (火)
12月 2020年 1月	9月	3日 (火)	10日 (火)	17日 (火)
1月 2月	10月	1日 (火)	8日 (火)	15日 (火)
2月 3月	11月	5日 (火)	12日 (火)	19日 (火)
3月 4月	12月	3日 (火)	10日 (火)	17日 (火)
4月 5月	2020年1月	7日 (火)	14日 (火)	21日 (火)
5月 6月	2月	4日 (火)	18日 (火)	25日 (火)
6月 7月	3月	3日 (火)	10日 (火)	17日 (火)

※2019年度の日程は暫定です。ご予約後に変更があった場合には、ご連絡いたします。

○出産予定日により、受講対象コースが決まっています。

- 安全のため、妊娠20週から28週頃に受講できるように予約をしてください。
- 定員になり次第受付を締め切ります。ご了承ください。

<土曜日・日曜日の両親学級の開催について>

川崎市は、川崎市看護協会・川崎市助産師会に委託しています（但し、有料となります）。

詳しくは、それぞれのHPにてご確認ください。

川崎市看護協会 <http://www.kawa-kango.jp>

川崎市助産師会 <http://kwsk2011.server-shared.com/> （2018年8月現在）