



両親学級のおさそい



妊娠おめでとうございます。
妊娠をきっかけに日頃の生活を振り返り、妊娠中や出産後をより健康に過ごすための学習の場として、また、赤ちゃんとの暮らしや子育ての仲間づくりの場として両親学級をご活用ください。



日 程 チラシ裏面参照（いずれか1日のご参加となります）

時 間 午前の部 9：00～11：30頃（受付時間 8：45～9：00）
午後の部 13：30～16：00頃（受付時間 13：15～13：30）

会 場 高津区役所地域みまもり支援センター 1階 保健ホール

持 ち 物 母子健康手帳、筆記用具、A4サイズが入るかばん等、
必要な方は、体温調整ができるカーディガンやひざかけ等・飲み物他

対 象 高津区在住で初めてご出産される方とパートナーの方
（妊婦の方のみのご参加も可）

※ 安全の為、妊娠20週～28週に受講できるよう出産予定日で受講対象月が決まっています。
※ 感染症対策のため、風邪症状・嘔吐・下痢等がある場合には受講をお控えください。

内 容

- ・ 妊娠中の生活について
- ・ 歯の健康・食生活について
- ・ 出産について
- ・ 赤ちゃんとの生活 など



※ 妊婦さん同士、パートナーの方々同士で交流の時間を設けています。

申し込み 予約制（先着順）

開催日・予約受付期間は裏面をご確認いただき、下記ホームページよりお申し込みください。予約後の変更・取消も予約サイトからお手続きをお願いいたします。予約受付期間後のキャンセル等は、下記の問い合わせ先にご連絡ください。

高津区役所 両親学級のお申し込みはこちらから ▶

<https://www.city.kawasaki.jp/takatsu/page/0000088507.html>



おねがい

- * 体調管理、マスク着用、咳エチケットにご協力ください。
- * ご体調に留意して、無理せずご参加ください。
- * お車でのご来所はご遠慮ください。

■ お問い合わせ先 ■

高津区役所地域みまもり支援センター
地域支援課

TEL：（044）861-3315