

# あかちゃん誕生準備編

## 予約制

妊娠7か月から  
受講が可能です♪

対象

妊娠7か月以降の妊婦さんとその夫（パートナー）

内容

出産までのプロセス  
あかちゃんとの生活  
産後のパパとママの変化  
産後パパ育休制度・サービス  
妊婦体験・育児体験



持ち物

母子健康手帳  
筆記用具

日程

月	4月		5月	6月		7月	8月		9月	
日付	10	25	23	2	28	26	13	30	13	24
曜日	金	土	土	火	日	日	木	日	日	木
AM		○			○					
PM	○		○	○	○	○	○	○	○	○

月	10月	11月	12月	1月		2月		3月
日付	17	28	12	8	16	13	22	13
曜日	土	土	土	金	土	土	月	土
AM		○						○
PM	○	○	○	○	○	○	○	○

時間

午前の部 10時00分～12時00分

午後の部 13時30分～15時30分

※午前と午後ともに内容は同じです

予約

4月1日9時から母親父親教室のホームページで  
予約を受け付けます。

連絡先

平塚市保健センター  
0463-55-2111

# あかちゃん誕生準備編

## 予約制

妊娠7か月から  
受講が可能です♪

### 対象

妊娠7か月以降の妊婦さんとその夫（パートナー）

### 内容

出産までのプロセス  
あかちゃんとの生活  
産後のパパとママの変化  
産後パパ育休制度・サービス  
妊婦体験・育児体験



### 持ち物

母子健康手帳  
筆記用具

### 日程

月	4月		5月	6月		7月	8月		9月	
日付	10	25	23	2	28	26	13	30	13	24
曜日	金	土	土	火	日	日	木	日	日	木
AM		○			○					
PM	○		○	○	○	○	○	○	○	○

月	10月	11月	12月	1月		2月		3月
日付	17	28	12	8	16	13	22	13
曜日	土	土	土	金	土	土	月	土
AM		○						○
PM	○	○	○	○	○	○	○	○

### 時間

午前の部 10時00分～12時00分

午後の部 13時30分～15時30分

※午前と午後ともに内容は同じです

### 予約

4月1日9時から母親父親教室のホームページで  
予約を受け付けます。

### 連絡先

平塚市保健センター  
0463-55-2111