

令和5年度 横手市

マタニティクラス

横手市では、妊婦さんとその家族が安心して妊娠から出産までを乗り越え、楽しく育児ができるように2日間シリーズで「マタニティクラス」を開催しています。ぜひ参加してみませんか。

日 程・対象者

日 程	出産予定日
1日目： 令和5年 5月19日(金) 2日目： 5月26日(金)	令和5年 8・9・10月
1日目： 8月10日(木) 2日目： 8月18日(金)	令和5年 11・12月 令和6年 1月
1日目： 11月10日(金) 2日目： 11月17日(金)	令和6年 2・3・4月
1日目： 令和6年 2月 9日(金) 2日目： 2月16日(金)	令和6年 5・6・7月

内 容（2日間受講）

1日目 ・大切ないのちの話『妊娠経過と生活の仕方』 ・赤ちゃんのお風呂の入れ方体験 ・パパの妊婦体験
2日目 ・妊娠中の上手な食事のとり方 ・赤ちゃんのお世話の仕方『赤ちゃんの1日』 ・生まれる前から始める赤ちゃんのむし歯予防

定 員：12組

受講料：無 料

対象者：妊婦さん（横手市に住所のある方）とそのご家族

受 付：18:00～18:30

時 間：18:30～20:30

会 場：横手保健センター

持ち物：母子健康手帳、飲み物
横手市子育てハンドブック※

※母子健康手帳交付時にお渡ししています



申込み方法

申込みは教室1日目の1週間前まで、健康推進課 または 各市民サービス課まで電話にてお申込みください。

【 問い合わせ先 】

横手市健康推進課（横手保健センター） TEL 0182（33）9600
まちづくり推進部 各市民サービス課