

予約制

令和3年度 妊娠中の教室

マタニティ食事教室

- ★対象者 妊婦さんとその家族
- ★内容 講話(妊娠中の食事/子育て体験談)、試食、育児体験
- ★持ってくる物 親子(母子)健康手帳、筆記用具、手拭き用タオル



*食物アレルギーがある場合は、予約時にお申出ください
*ご家庭の汁ものの塩分を測定します(希望者のみ、具なしの汁大さじ1程度持参ください)

	開催日	会場	時間・定員	申込み開始日
中止	令和3年5月15日(土)	南部保健センター	10:00~12:30 20名程度 (先着順)	令和3年4月9日(金)
中止	9月7日(火)			8月13日(金)
	11月27日(土)			10月22日(金)
	令和4年2月15日(火)			令和4年1月14日(金)

すこやかマタニティ教室

- ★対象者 35歳以上の初妊婦さんとそのパートナー、家族
- ★内容 助産師の講話、グループワーク形式で行います
- ★持ってくる物 親子(母子)健康手帳、筆記用具



	開催日	会場	時間・定員	申込み開始日
	令和3年6月27日(日)	南部保健センター	10:00~12:00 20名程度 (先着順)	令和3年5月28日(金)
	10月17日(日)			9月17日(金)
	令和4年2月20日(日)			令和4年1月28日(金)

新型コロナウイルス感染拡大の状況により、実施の有無、教室内容・定員等が変更になる場合がございます。
参加する際は、マスクの着用をお願いいたします。

プレバママ教室

- ★対象者 妊婦さんとそのパートナー
- ★内容 沐浴実習、妊婦生活体験、保健師講話
- ★持ってくる物 親子(母子)健康手帳、筆記用具、バスタオル2枚、ハンドタオル、親子(母子)健康手帳セット(手帳交付時のパンフレット等)



	開催日	会場	時間・定員	申込み開始日
	令和3年4月11日(日)	南部保健センター	<午前> 9:30~12:00 <午後> 13:30~16:00 午前・午後 各10~15組 (先着順)	令和3年3月10日(水)
中止	—5月9日(日)			4月14日(水)
中止	5月30日(日)			4月28日(水)
中止	6月13日(日)			5月19日(水)
	7月4日(日)			6月9日(水)
	8月1日(日)			7月14日(水)
中止	9月12日(日)			8月11日(水)
	10月3日(日)			9月8日(水)
	11月7日(日)			10月13日(水)
	11月21日(日)			10月27日(水)
	12月5日(日)			11月10日(水)
	令和4年1月16日(日)			12月15日(水)
	2月6日(日)			令和4年1月12日(水)
	3月6日(日)			2月9日(水)

☆妊娠6ヶ月頃以降の参加がおすすめです
☆人気のある教室のため、1回のみ参加をお願いします。
☆久留米市のホームページにて、沐浴の動画などを配信しております。新型コロナウイルス感染症の影響などにより、教室への参加が難しい方等はぜひご活用ください

沐浴動画等のQRコードはこちら!



*久留米市住民(妊婦さんとそのパートナーのどちらか一方でも可) *すべて **予約が必要** です。

- の方が優先となります
- *各教室とも、開始5分前までに受付を済ませてください。
- *託児はありませんので、お子様と一緒にお願いします。
- *キャンセルされる場合は、ご連絡をお願いします。

【予約・問合わせ先】 久留米市子ども未来部 こども子育てサポートセンター
TEL 0942-30-9731 FAX 0942-30-9718

平日 8:30 から 17:15 分まで(木曜日は 19 時) ※年末年始を除く

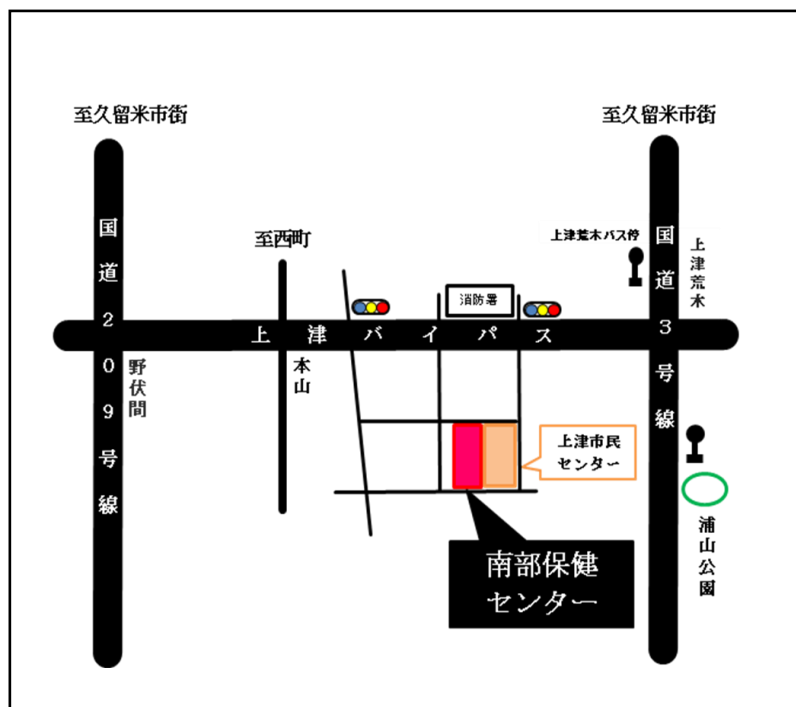
会場案内

会 場:南部保健センター(上津市民センター横)

住 所:久留米市上津1丁目13番22

駐車場:有

〔 南部保健センターの駐車場が満車の場合は、
上津市民センター駐車場をご利用ください 〕



キャンセルされる方へ

下記の連絡先へご連絡ください。

◆事前キャンセル

こども子育てサポートセンターへ

TEL:0942-30-9731 FAX:0942-30-9718

◆当日キャンセル

南部保健センターへ

TEL:0942-21-0056 FAX:0942-21-0030

