

予約制

## 令和8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)、離乳食体験

★会 場 南部保健センター(詳しくは裏面へ)

★持参物 親子(母子)健康手帳、筆記用具、手拭き用タオル、飲み物、  
スリッパ(必要な方のみ)

\*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)

開催日	時間・定員	申込み開始日	申込み締切日
令和8年6月23日(火)	10:00～ 12:00 25名程度	令和8年4月20日(月)	令和8年6月8日(月)
9月12日(土)		7月13日(月)	8月24日(月)
12月1日(火)		9月28日(月)	11月16日(月)
令和9年3月13日(土)		令和9年1月12日(火)	令和9年2月22日(月)

### 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家族

★内 容 助産師の講話、グループワーク形式で行います

★会 場 南部保健センター(詳しくは裏面へ)

★持参物 親子(母子)健康手帳、筆記用具、スリッパ(必要な方のみ)

開催日	時間・定員	申込み開始日	申込み締切日
令和8年6月21日(日)	10:00～ 12:00 20名程度	令和8年3月9日(月)	令和8年6月8日(月)
10月4日(日)		6月22日(月)	9月14日(月)
令和9年2月7日(日)		10月5日(月)	令和9年1月25日(月)

### \*申し込み方法:電子申請

\*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)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。

\*キャンセルされる場合は、ご連絡をお願いします。(詳しくは裏面へ)

\*原則、きょうだい児の参加は不可となっております。

### プレパパママ教室

★対象者 下記の出産予定日に該当する妊婦さんとその家族

沐浴体験、妊婦体験、保健師講話

南部保健センター(詳しくは裏面へ)

★会 場 親子(母子)健康手帳、筆記用具、ハンドタオル、  
バスタオル2枚(沐浴資料参照、大きめがおすすめ)

★持参物 沐浴ガーゼ2枚、くるべビBOOK、スリッパ(必要な方のみ)



※予約順に午前の部から枠をお取りします。

原則、お時間の指定はご対応できませんので、ご了承ください。

開催日	時間・定員	出産予定日	申込み開始日	申込み締切日
令和8年4月19日(日)	【午前】 1グループ 【午後】 2グループ 各1時間程度	令和8年4・5・6月	令和8年3月18日(水)	令和8年4月1日(水)
5月17日(日)		5・6・7月	4月15日(水)	4月29日(水)
6月7日(日)		6・7・8月	5月7日(木)	5月20日(水)
7月4日(土)		7・8・9月	6月3日(水)	6月17日(水)
7月26日(日)		8・9・10月	6月24日(水)	7月8日(水)
8月23日(日)		9・10・11月	7月22日(水)	8月5日(水)
9月19日(土)		10・11・12月	8月19日(水)	9月2日(水)
10月18日(日)		10・11・12月	9月16日(水)	9月30日(水)
11月8日(日)		11・12・令和9年1月	10月7日(水)	10月21日(水)
11月28日(土)		12・1・2月	10月28日(水)	11月11日(水)
12月20日(日)		1・2・3月	11月18日(水)	12月2日(水)
令和9年1月17日(日)		1・2・3月	12月9日(水)	12月23日(水)
2月20日(土)		3・4・5月	令和9年1月20日(水)	令和9年2月3日(水)
3月7日(日)		3・4・5月	2月3日(水)	2月17日(水)

ご予約はこちら



または、「久留米市 マタニティ教室」で検索

## 会場案内

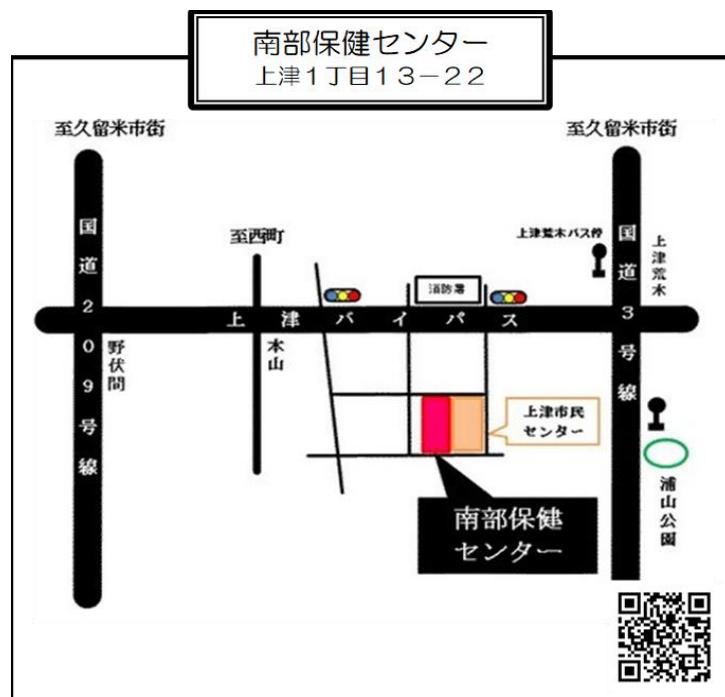
会 場：南部保健センター(上津市民センター隣接)

住 所：久留米市上津1丁目13番22

駐車場：あり

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

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

## 問合せ先

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 8:30~17:15まで(木曜は19:00まで)※年末年始は除く

