

子ども政策室では

妊婦さんの教室を実施しています

すべての教室の参加も、1つの教室のみの参加も可能です

対象者	福知山市にお住まいの妊婦さんとその御家族（妊婦さんのみ、御家族のみの参加も可能です）
予約方法	ホームページから予約してください。
受付締切	各回1週間前までにお申し込みください。定員になり次第締め切ります。御了承ください。
持ち物	母子健康手帳、筆記用具 *動きやすい服装で御参加ください。

赤ちゃんLABO

- 助産師からのおはなし
- 赤ちゃんを迎えるにあたっての心構え
- 妊娠期の体操
- 妊婦体験ジャケット

時間：14:00～15:30(受付13:45～)
 場所：京都大呂ガーデンテラス
 (福知山市大呂298-5)
 定員：9組 (定員になり次第締め切り)

【日程】すべて月曜日	
5月20日	11月18日
6月10日	12月9日
7月 8日	1月27日
8月26日	2月17日
9月 9日	3月17日
10月21日	

申込みはこちら↓



MOKUYOKU 体験教室

- 赤ちゃん人形を使って、抱っこ・着替え・沐浴体験

時間：①13:30～14:30
 ②15:00～16:00
 場所：すくすくひろば
 (福知山市字堀2726-1)
 定員：10組 (定員になり次第締め切り)

【日程】すべて木曜日	
5月16日	11月21日
6月20日	12月19日
7月11日	1月30日
8月22日	2月27日
9月12日	3月27日
10月31日	

申込みはこちら↓



サンゴクエスト In福知山

- 妊娠・出産等パパママに起こるイベントをすぐろくで体験しよう！ご夫婦もしくは妊婦さんとそのご家族さん等ペアでのご参加をお勧めします。お一人の参加も可能です。

時間：13:30～15:30(受付13:15～)
 場所：ハピネスふくちやま
 (福知山市役所西隣)
 定員：10組 (定員になり次第締め切り)

【日程】
6月25日(火)
8月7日(水)
10月8日(火)
12月6日(金)
2月25日(火)

申込みはこちら↓



ハピくる栄養教室

- 栄養士から妊娠期の食事についての講話
- 試食
- 個別相談

時間：13:30～14:30(受付13:15～)
 場所：りとるハピネス
 (福知山市猪崎377-1三段池体育館内)
 定員：5組 (定員になり次第締め切り)

【日程】すべて金曜日
5月24日
7月19日
9月27日
11月22日
1月17日
3月21日

申込みはこちら↓



お問い合わせ先 福祉保健部子ども政策室母子保健係 ☎0773-24-7055

※感染症拡大防止や災害等により日程を変更または中止する場合があります。