

《プレママ・プレパパ教室》

- <対 象> 横須賀市に在住の妊婦さんとその配偶者など
- <内 容> 安全な出産に向けた過ごし方や子育てについての講話
沐浴実習、オムツ交換実習、妊婦体験など
- <参加費> 無料
- <持ち物> 母子健康手帳
子育てガイド（母子健康手帳と一緒にお渡しした冊子）
エプロン（沐浴実習用）
- <申 込> 予約制
- <申込先> 予約開始日以降に電話 or ネット申込予約
☆横須賀市コールセンター 046-822-2500
☆横須賀市ホームページ「ネット申込受付」

【お申し込み先】はコチラ！
「よこすかカレンダー」から
ネット申し込みができます



*教室のお問合せは各会場をお願いします

<日 程>

	平日	休日	開催 健康福祉センター	予約開始日
4月		16日（日）	中央	3月11日（土）
5月		13日（土）	西	4月11日（火）
6月		25日（日）	北	5月11日（木）
7月	20日（木）		西	6月11日（日）
8月		5日（土）	南	6月11日（日）
9月		24日（日）	西	8月11日（金）
10月		28日（土）	南	9月11日（月）
11月		19日（日）	中央	10月11日（水）
12月	6日（水）		中央	10月11日（水）
1月		27日（土）	南	12月11日（月）
2月		18日（日）	中央	1月11日（木）
3月		16日（土）	北	2月11日（日）

- <時 間> 平日 ① 9:30~11:30 ② 13:30~15:30
土日 ① 9:30~11:30 ② 13:30~15:30

- <定 員> 中央・南・西健康福祉センター：各時間 10組
北健康福祉センター：各時間 12組

<会 場>

中央健康福祉 センター	北健康福祉 センター	南健康福祉センター	西健康福祉 センター
母子保健室	講堂	久里浜コセン 調理講習室（2F）	集団指導室
046-824-7632	046-861-4118	046-836-1511	046-856-0719