

# 《R7年度 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046-822-4000  
☆横須賀市ホームページ よこすかカレンダー「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
R7.4月	25日(金)		南	3月11日(火)
5月		11日(日)	西	4月11日(金)
6月		7日(土)	南	4月11日(金)
7月		6日(日)	北	5月11日(日)
8月		2日(土)	中央	6月11日(水)
9月		7日(日)	西	7月11日(金)
10月		25日(土)	南	9月11日(木)
11月		9日(日)	中央	9月11日(木)
12月	10日(水)		中央	10月11日(土)
R8.1月		24日(土)	南	12月11日(木)
2月		1日(日)	中央	12月11日(木)
3月		7日(土)	北	2月11日(水)

<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> 中央健康福祉センター:各時間 15組  
南健康福祉センター:各時間 13組  
北・西健康福祉センター: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
4F 母子保健室	田浦コミソ 調理講習室(3F)	久里浜コミソ 調理講習室(2F)	集団指導室
046-824-7632	046-861-4118	046-836-1511	046-856-0719