

令和8年度

# みんなでマタニティ

東大阪市では、赤ちゃんを迎える妊婦さんとその家族を対象に、安心して出産できる日を迎えるためにマタニティライフの過ごし方を学んだり、沐浴等の育児体験ができる教室を開催しています。



予約制 参加費無料です♪

開催日	時間	場所
令和8年4月27日(月)	午後2:00~4:00	東保健センター
5月22日(金)	午後1:30~3:30	西保健センター
6月16日(火)	午前9:30~11:30	中保健センター
7月27日(月)	午後2:00~4:00	東保健センター
8月28日(金)	午後1:30~3:30	西保健センター
9月15日(火)	午前9:30~11:30	中保健センター
10月26日(月)	午後2:00~4:00	東保健センター
11月17日(火)	午前9:30~11:30	中保健センター
12月15日(火)	午前9:30~11:30	中保健センター
令和9年1月25日(月)	午後2:00~4:00	東保健センター
2月26日(金)	午後1:30~3:30	西保健センター
3月26日(金)	午後1:30~3:30	西保健センター

## ＊ 内容 ＊

- ① お湯を使用せず沐浴などの育児体験（お風呂の入れ方・オムツの替え方・抱っこの仕方など）
- ② 子育て情報の紹介
- ③ 妊婦さん、ご家族同士の交流
- ④ 栄養についてのお話し

【対象】 東大阪市在住の妊婦さんとその家族1名まで（パートナー・生れてくる赤ちゃんの祖父母等）妊婦さんのみの参加可。妊娠週数は限定していません。※妊娠中に1回のみ参加可能です。

【定員】 先着順：16組

【持ち物】 母子健康手帳、妊娠期からの子育てガイド「すくすく☆トライ」、（妊娠届出時に配布しています。）フェイスタオル1枚、バスタオル2枚、ガーゼタオル1枚、筆記用具、飲み物（必要時）

【申し込み先】 予約は開催月前月の15日から受付

◎【電子母子手帳アプリ「おやこ手帳」東大阪市 みんなではぐくむ】にてお申し込みください。「おやこ手帳」アプリからのお申し込みの場合は、「オンライン予約」から「みんなでマタニティ教室」を選択し、お申し込みください。「おやこ手帳」についてはこちら



◎「おやこ手帳」をダウンロードせずに、オンライン予約をされる方はこちら



問い合わせ先	住所	電話番号
東保健センター	旭町1番1号	072(982)2603
中保健センター	岩田町4丁目3番22号(希来里3階)	072(965)6411
西保健センター	高井田元町2丁目8番27号 ※駐車台数が限られていますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。	06(6788)0085

