

令和6年度 ※日程が変更となる可能性があります。詳しくはホームページをご参照ください。

母親&父親学級 ※2回1コースです

コース	1回目	2回目	出産予定日 (目安)	申込期間
1	5/9 (木)	5/17 (金)	7月~9月	4/1 (月) ~4/22 (月)
2	6/12 (水)	6/17 (月)	8月~10月	5/1 (水) ~5/22 (水)
3	7/16 (火)	7/23 (火)	9月~11月	6/3 (月) ~6/24 (月)
4	9/4 (水)	9/11 (水)	11月~令和7年1月	8/1 (木) ~8/22 (木)
5	10/15 (火)	10/22 (火)	12月~令和7年2月	9/2 (月) ~9/23 (月)
6	11/22 (金)	11/28 (木)	令和7年1月~3月	10/1 (火) ~10/22 (火)
7	令和7年 1/17 (金)	1/24 (金)	3月~5月	12/2 (月) ~12/23 (月)
8	2/28 (金)	3/10 (月)	5月~7月	1/6 (月) ~ 1/27 (月)

＜対象者＞稲毛区在住の妊婦、パートナー

＜持ち物＞母子健康手帳、母子健康手帳別冊、筆記用具、飲み物※動きやすい服装でお越しください。

1回目 9:30~12:00

会場：稲毛保健福祉センター 2階

【赤ちゃんとの生活をイメージしよう】

お口のお話、食生活のポイント

赤ちゃんとの生活、実技（抱っこ、沐浴練習）

※ご希望の方は普段飲んでいる味噌汁やスープ等の汁物を50ccほどお持ちください。塩分測定いたします。

2回目 9:30~12:00

会場：稲毛保健福祉センター 2階

【助産師による講話】

～親になるための体づくり、心づくりの話～

母乳教室

「母乳で育てたいけど、実際にできるのか心配」「妊娠中からやっておくことは？」

母乳のでるメカニズムや、授乳について、心配に思っていることや疑問を助産師に聞いてみませんか？

	日程	申込期間
1	6/4 (火)	5/1 (水) ~5/22 (水)
2	9/6 (金)	8/1 (木) ~8/22 (木)
3	令和7年 2/6 (木)	1/6 (月) ~1/27 (月)



＜対象者＞稲毛区在住の妊婦、パートナー※出産予定日に関わらずご参加いただけます。

＜持ち物＞母子健康手帳、母子健康手帳別冊、筆記用具、飲み物

会場：稲毛保健福祉センター2階

時間 9:30~11:30

申請方法母親&父親学級および母乳教室ともに電子申請または電話にてお申し込みください。

(電子申請につきましてはホームページをご参照ください。)

申し込み・問い合わせ先

稲毛母子健康包括支援センター

電話：043(284)8130

※全て予約制です。電話予約は9:00~開始です。

母親&父親学級、
母乳教室
ホームページ



※母親&父親学級ご参加前に、下記の動画「赤ちゃんが泣き止まない - 泣きの対処と理解のために -」をご覧ください。

