

プレママ・プレパパ教室



妊娠おめでとうございます。小松市では、新米ママ・パパ向けの教室を行っています。これから母親・父親になる準備として子育てについて体験したり、考えてみませんか？

◎対象は妊娠16週～32週の妊婦さんとそのご主人・パートナーなどです。

皆様に安全に参加していただくために参加者を32週以下の妊婦さんに限定しています。

◎教室は予約制です。（定員18組、先着順）

キャンセル待ちも受け付けています。（先着順）

◎予約受付は、下記予約開始日の正午より電子申請で受付します。

電話では予約受付できませんのでご注意ください。詳細は右上のQRコードからご確認ください。



教室の内容

1. 安産のためのレクチャー ～安産のための暮らし・妊娠中の身体を楽にすること～
2. 赤ちゃんのお世話トレーニング ～抱くこと・着替え・おむつ交換・あやす・なだめる～
3. 産後の生活ガイダンス ～産後の生活とパートナーシップについての講話とフリートーク～



実施時間

【平日開催の場合】
19:00～21:00（受付18:45～19:00）

【土曜日開催の場合】
10:00～12:00（受付 9:45～10:00）

実施日	予約開始日 (時間は正午より)
令和7年4月19日(土)	令和7年3月19日(水)
5月24日(土)	4月24日(木)
6月20日(金)	5月20日(火)
7月12日(土)	6月12日(木)
8月23日(土)	7月23日(水)
9月26日(金)	8月26日(火)
10月25日(土)	9月25日(木)
11月28日(金)	10月28日(火)
12月20日(土)	11月20日(木)
令和8年1月24日(土)	12月24日(水)
2月14日(土)	令和8年1月14日(水)
3月13日(金)	2月13日(金)

実施場所

すこやかセンター

持ち物

- ・ 母子手帳
- ・ 動きやすい服装でお越しください

その他

- ・ 必ず電子申請でお申込みの上ご参加ください。
- ・ ご予約をキャンセルされる場合は、小松市すこやかセンターまで必ずご連絡ください。

助産師のレクチャーや、赤ちゃん人形を使った育児スキルのトレーニング、そしてフリートークなど産後に役立つ内容がもりだくさんです。
ご参加お待ちしております。／

※令和8年度の予定は令和8年3月頃、ホームページに掲載予定です。

お問い合わせ
小松市すこやかセンター 小松市向本折町へ14-4
TEL: 0761-21-8118 (平日9:00～17:00)

