

出産を迎える方々へ

～赤ちゃんとの生活をイメージしてみましょう～

都筑区在住で、初めて出産を迎える方とその家族に健やかな妊娠期を過ごし出産に臨めるように、保健指導と出産後の赤ちゃんとの生活をイメージできるような体験型プログラムを取り入れた両親教室を実施しています。

平日開催および休日開催の教室があります。生まれてくる赤ちゃんのためにぜひご参加ください。

*ご自身や家族の都合の良い日や時間、開催場所にご参加ください。

対象

- ①初めて出産を迎える妊娠20週以降の方
 - ②都筑区在住の方
- 上記①②を満たす妊婦とそのパートナー
※ 経産婦の方はご相談ください

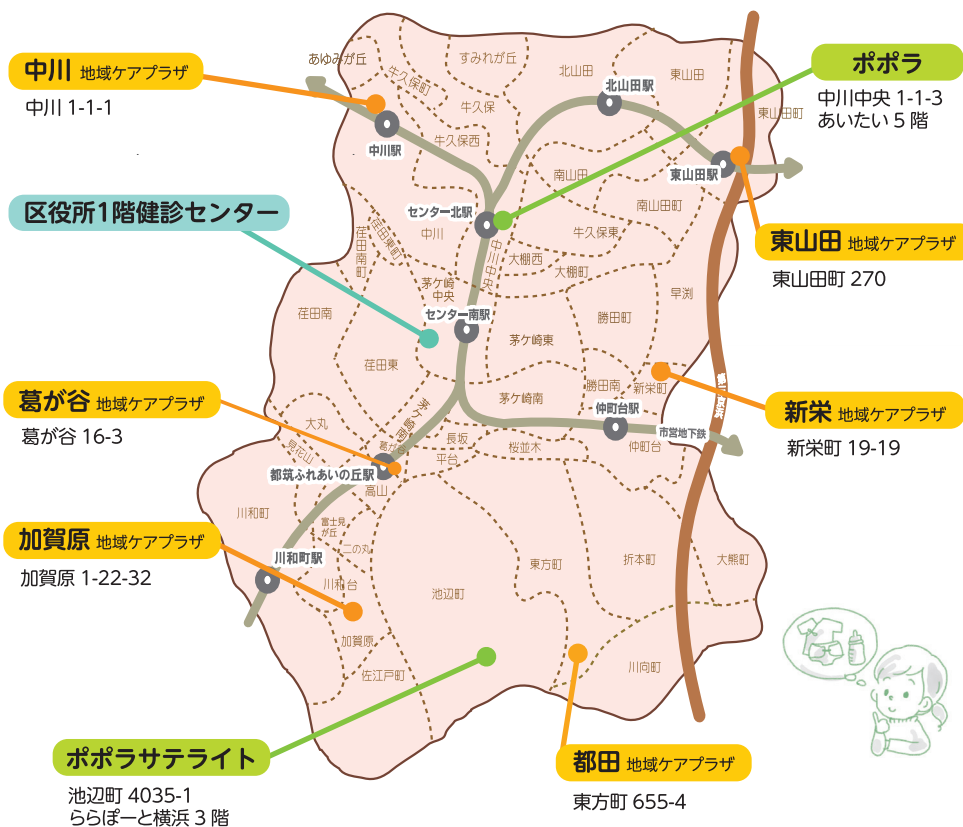
持ち物

母子健康手帳、子育てガイドブックどれどれ、筆記用具

両親教室の様子



両親教室会場MAP



* 荒天、天災等によって中止・延期・開催方法の変更をする場合があります。情報は区およびポポラのホームページで更新します。あらかじめご了承ください。



ポポラ・ポポラサテライトの妊娠中の方のためのイベント情報はこちら



* 提供された個人情報は、今回の事業のみに利用し、その他の目的で利用することはありません。

両親教室開催日程

妊娠中の方とそのパートナーのために休日及び平日に、両親教室を開催しています。
休日に参加したい方や自宅近くの会場に参加したい方などそれぞれご自身や家族の都合に合わせてご参加ください。





2025年

2026年

出産予定月(受講目安)

8月 9月 10月 11月 12月 1月 2月 3月 4月 5月 6月 7月


休日両親教室

会場		内容	時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	申込方法	申込	
都筑区子育て支援センター	ポポラサテライト (ららぽーと横浜) TEL:045-507-6856	妊娠中の生活、赤ちゃんとの生活、沐浴・抱っこ体験、妊婦ジャケットでの妊婦体験 ●都筑区子育て支援センター	16:00~17:30	12(土)	10(土)	14(土)	12(土)	9(土)	13(土)	11(土)	8(土)	13(土)	10(土)	14(土)	14(土)	詳細と申込みはこちらから  ●ポポラサテライト、ポポラ(先着順:定員各12組) ●各地域ケアプラザ(先着順:定員各6組)	[申込開始] 開催日の前月10日12:00 [申込締切] 開催日の2日前12:00まで	
	ポポラ (センター北駅直結) TEL:045-912-5135		10:30~12:00	26(土)	24(土)	28(土)	26(土)	23(土)	27(土)	25(土)	22(土)	27(土)	24(土)	28(土)	28(土)			
地域ケアプラザ	葛が谷	見学、利用者の親子との交流など							7(日)PM						1(日)PM			
	東山田	●地域ケアプラザ	AM 10:00~		18(日)AM						16(日)AM							
	中川	子育て支援について紹介	11:30				5(土)AM			4(土)AM								
	新栄		PM 13:30~	19(土)AM									17(土)AM					
	都田		15:00				3(日)PM					7(日)PM						
加賀原					1(日)PM								8(日)PM					

※協力:ショッピングタウンあいたい・三井ショッピングパーク ららぽーと横浜・区内地域ケアプラザ

平日両親教室

都筑福祉保健センター こども家庭支援担当 TEL 948-2318~19

会場		内容	時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	申込方法	申込
区役所1階健診センター	第1回	妊娠から出産まで	9:30~11:30	7(月)	12(月)	9(月)	7(月)	4(月)	1(月)	6(月)	10(月)	8(月)	6(火)	9(月)	9(月)	申込みは、こちらから 	随時
		3回で1コース 妊娠中の生活・出産の経過・呼吸法 歯の健康・栄養・妊婦体操															
		産後の話 赤ちゃんとの生活・泣き声体験 産後の話・産後の手続き・沐浴体験															
第2回*	話してみよう・聞いてみよう	13:30~15:30	15(火)	20(火)	17(火)	22(火)	26(火)	16(火)	28(火)	18(火)	16(火)	20(火)	17(火)	17(火)			
第3回	子育て中の親子との交流・体験談・子育て支援について紹介・妊婦どうしの交流	13:30~15:30															

※第2回は、13時10分から都筑交通安全母の会による「チャイルドシートの講座」があります。お車をご利用の方は、ぜひご参加ください。