



令和7年度 プレパパママクラス



ご妊娠おめでとうございます。
 西区にお住まいで、**初めての**お子さんを迎えるパパとママ向けの両親教室です。
 ABCのすべての回へのご受講をお勧めします。
 妊婦さんお一人でもパートナーの方とお二人でも参加できます。

対象

妊娠7か月(妊娠24週0日)～
 妊娠9か月(妊娠35週6日)の妊婦とパートナー



場所

西区役所3階

持ち物

母子健康手帳・子育てガイドブックどれどれ・参加者分の筆記用具・飲み物

予約

【区役所開催】20組(第一子優先、先着順)、予約開始日の9:00～予約を開始します
 右側の二次元コードよりお申込みください

受付

15分前より開始します



【区役所開催】

| 回数 | 場所 | 時間 | 内容 | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | R8.1月 | R8.2月 | R8.3月 |
|----|------|--|--|-----------|------|------|------|----|------|------|-------|-----|-----------|-------|-------|
| A | 西区役所 | (月) または (水) 13:30 ～ 15:30 | お産の経過と過ごし方 母乳のこと 西区の子育て支援 | 7 | 12 | 2 | 7 | | 1 | 6 | 10 | | 14 (水) | 2 | 16 |
| B | | | ママと赤ちゃんの歯のお話し ママと赤ちゃんの栄養のお話し | | | | | | | | | | | | |
| C | | (土) 10:00 ～ 12:00 | 赤ちゃんのいる生活 ふたりで一緒に親になる ーパパとママのコミュニケーションー パートナーと一緒にできる ヨガ・ストレッチの紹介 | 16 (水) | 26 | 9 | 28 | | | 29 | 20 | 17 | | 26 | 9 |
| | | | 沐浴練習 お着換え練習 抱っこ おむつ交換 泣きへの対応練習 | 21 | | 23 | | | | 27 | | | | 16 | |
| | | | 先輩パパ・先輩ママとの交流 | | 10 | | 12 | | 13 | | 22 | | 10 | | 14 |
| | | | 予約開始日 (午前9時から) | 3/11 | 4/11 | 5/11 | 6/11 | | 8/11 | 9/11 | 10/11 | | 12/11 | 1/11 | 2/11 |
| | | | A 回予約終了日 (午前9時まで) | 3/24 | 4/24 | 5/22 | 6/23 | | 8/25 | 9/25 | 10/23 | | 12/25 | 1/22 | 2/26 |
| | | | B 回予約終了日 (午前9時まで) | 3/27 | 5/1 | 5/22 | 6/30 | | 8/28 | 9/29 | 10/30 | | 1/1 | 1/26 | 2/23 |
| | | | C 回予約終了日 (午前9時まで) | 3/27 | 4/24 | 5/26 | 6/23 | | 8/25 | 9/29 | 10/30 | | 12/22 | 1/29 | 2/23 |



令和7年度の事業については、横浜市会での予算議決後に確定します。



【お問い合わせ】
 西区こども家庭支援課
 TEL 045-320-8467