

令和8年度 両親学級のご案内

妊娠おめでとうございます。伊勢崎市では、出産や育児の不安を和らげ、楽しく子育てがスタートできるよう、初めてパパ・ママになる方の教室を開催しています。妊婦さんだけの参加も大歓迎です。ぜひお申し込みください。

- **対象者** 伊勢崎市に住所がある初産妊婦とそのパートナー
- **時間** 1日目：9時30分～11時40分 2日目：9時30分～11時30分
(受付時間は9時15分～9時30分)
- **場所** 伊勢崎市保健センター2階
- **定員** 32組
- **持ち物** 母子健康手帳、筆記用具、靴下の着用をおねがいします
- **日程** ※1コース2日間セットの受講となります。

10時から受付開始



申し込みはこちらから



【注意事項】

- ・対象者であるか、受講可能な出産予定月であるかを確認のうえ、お申し込みください。
- ・1組（妊婦とパートナー）1回のお申し込みになります。
- ・定員になり次第、受付を終了させていただきます。

	1日目	2日目	受講可能な出産予定月	申し込み開始日
4月コース	^{R8} 4/7(火)	4/20(月)	^{R8} 7~9月	^{R8} 3/19(木)
5月コース	5/8(金)	5/27(水)	8~10月	4/8(水)
6月コース	6/11(木)	6/30(火)	9~11月	5/11(月)
7月コース	7/13(月)	7/28(火)	10~12月	6/12(金)
8月コース	8/10(月)	8/24(月)	11~ ^{R9} 1月	7/13(月)
9月コース	9/11(金)	9/30(水)	12~ ^{R9} 2月	8/10(月)
10月コース	10/8(木)	10/20(火)	^{R9} 1~3月	9/11(金)
11月コース	11/9(月)	11/25(水)	2~4月	10/9(金)
12月コース	12/11(金)	12/23(水)	3~5月	11/11(水)
1月コース	^{R9} 1/15(金)	1/27(水)	4~6月	12/15(火)
2月コース	2/12(金)	2/24(水)	5~7月	^{R9} 1/15(金)
3月コース	3/12(金)	3/23(火)	6~8月	2/12(金)

● 内容

1日目	2日目
◇ 妊娠期の食生活(栄養士)	◇ お産の進み方と補助動作、母乳育児について(助産師)
◇ 妊娠期からの乳児期の歯の健康(歯科衛生士)	◇ 沐浴実習(助産師・保健師)
◇ 市の保健事業について(保健師)	◇ 妊婦疑似体験(保健師)

● その他

※体調がすぐれない場合は来所を控えてください。

※欠席する場合や遅れる場合は保健センターにご連絡ください。

※日程や内容などについて変更や中止になる場合がありますので、最新情報を市のホームページでご確認ください。

※希望する開催日が翌年度になる場合は、3月下旬以降に市のホームページで詳細をご確認ください。

伊勢崎市 両親学級



両親学級でお伝えしたいことをまとめた動画や資料を市のホームページに掲載しておりますので、参考にご覧ください。
右の二次元コードからアクセスできます。

