

令和 7 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、始めてパパ・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也大歓迎です。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** 20 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。
- ・ご不明な点がございましたら、伊勢崎市保健センターへ電話でお問い合わせください。

	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	R7/4/18(金)	4/30(水)	R7/7~9 月	R7/3/21(金)
5 月コース	5/16(金)	5/28(水)	8~10 月	4/18(金)
6 月コース	6/16(月)	6/30(月)	9~11 月	5/19(月)
7 月コース	7/17(木)	7/30(水)	10~12 月	6/19(木)
8 月コース	8/12(火)	8/29(金)	11~R8/1 月	7/15(火)
9 月コース	9/16(火)	9/30(火)	12~R8/2 月	8/19(火)
10 月コース	10/17(金)	10/31(金)	R8/1~3 月	9/19(金)
11 月コース	11/14(金)	11/26(水)	2~4 月	10/17(金)
12 月コース	12/12(金)	12/23(火)	3~5 月	11/14(金)
1 月コース	R8/1/15(木)	1/28(水)	4~6 月	12/18(木)
2 月コース	2/13(金)	2/25(水)	5~7 月	R8/1/16(金)
3 月コース	3/13(金)	3/24(火)	6~8 月	2/13(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。

会場案内



※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。

※両親学級でお伝えしたいことをまとめています。参考にご覧ください。



市のホームページ



ママ・パパになる人への育児情報

問い合わせ先 伊勢崎市保健センター 伊勢崎市大手町 18 番 1 号 TEL:0270-27-6290 FAX:0270-27-6297