

# 令和7年度 ニューファミリーセミナー

南保健センターでは、皆さんが安心してマタニティライフを過ごし、赤ちゃんをむかえる準備ができるよう、セミナーを毎月2クラス開催しています。  
パートナーと一緒にご参加いただけます。（参加無料・予約制）

## すくすく ベビー

○対象 妊娠を希望している方・妊婦さんとそのパートナー

○定員 10組

○内容

- ・妊娠、授乳とくすり（薬剤師）
- ・健康で快適な暮らし「食べ物の衛生」（食品衛生監視員）
- ・妊娠、出産前に知っておきたいお口の健康（歯科衛生士）
- ・妊娠中の栄養の話、試食（管理栄養士）

○日時（原則第4週水曜日） 午後1時30分～午後3時30分（受付 午後1時15分～1時30分）

| R7<br>4月 | 5月  | 6月  | 7月  | 8月  | 9月  | 10月 | 11月 | 12月 | R8<br>1月 | 2月  | 3月  |
|----------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----------|-----|-----|
| 23日      | 28日 | 25日 | 23日 | 27日 | 24日 | 22日 | 26日 | 24日 | 28日      | 25日 | 11日 |

## わくわく 子育て

○対象 妊婦さんとそのパートナー

○定員 12組

○内容

- ・講話 : 安心して出産を迎えるために～妊娠中の過ごし方～  
母乳のお話
- ・実技 : 赤ちゃんの抱っこのしかた、お風呂の入れかた など
- ・交流会 : 妊娠中のお困りごと、出産準備についてなど、気軽に聞いてみましょう

○日時（原則第4金曜日） 午後1時15分～午後3時30分（受付 午後1時00分～1時15分）

| R7<br>4月 | 5月  | 6月  | 7月  | 8月  | 9月  | 10月 | 11月 | 12月 | R8<br>1月 | 2月  | 3月  |
|----------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----------|-----|-----|
| 25日      | 23日 | 27日 | 25日 | 22日 | 26日 | 24日 | 28日 | 26日 | 23日      | 27日 | 27日 |

○開催場所 名古屋市保健所 南保健センター 1階

○時 間 上記に記載（コースごとに受付時間が異なりますのでご注意ください）

○持 ち 物 母子健康手帳、筆記用具

\*なるべく妊娠36週までに受講してください。妊娠36週以降の方はご相談ください。

\*午前11時までに何らかの警報が発令されているときは、教室は中止になります。

\*体調不良の方（本人、お付き添いの方とも）は延期をお願いします。

○ご予約

右の二次元コードから、申込フォームにてご予約ください →

○問い合わせ先

名古屋市保健所 南保健センター 保健予防課

TEL 614-2812 FAX 614-2818

