

母子保健教室

●教室中のスマートフォンの使用はご遠慮ください。

会場 秩父保健センター ※一部例外がありますので、各教室・相談の欄をご確認ください。

申込方法 電話、来所、電子申請にてお申込みください。
【秩父市電子申請・届出サービス】
表紙の二次元コードからお申込みいただけます。
※開催前月の1日から申し込み可能です。



マタニティ育児体験教室

●対象：妊娠5か月を過ぎた妊婦とその家族



●秩父保健センター会場

定員：10組

日にち	時間	内容
6月28日(日)	9:30～12:00 【受付】9:15～	<ul style="list-style-type: none"> 助産師の講話 お父さんの妊婦体験 沐浴実習 赤ちゃんのお世話体験 マタニティ、育児グッズ展示
11月15日(日)		
3月7日(日)		

持ち物 母子健康手帳、各自必要なもの（水分補給の飲み物等）

●皆野・横瀬会場

ママサロン（P.6）の会場で行う教室です。沐浴の仕方や赤ちゃんのお世話の仕方について体験できます。

日にち		時間	会場
皆野会場	横瀬会場	13:30～ 定員：3組	<p>皆野会場 皆野町子育て支援センターきらきらクラブ （皆野町大字皆野2125 学童保育所内）</p> <p>横瀬会場 横瀬児童館 （横瀬町大字横瀬4377-1）</p>
5月13日(水)	4月22日(水)		
7月8日(水)	6月19日(金)		
9月9日(水)	10月21日(水)		
11月11日(水)	12月16日(水)		
1月13日(水)	2月24日(水)		
3月10日(水)	—		

持ち物 母子健康手帳、各自必要なもの（水分補給の飲み物等）

予約方法 皆野会場：皆野町役場健康こども課（62-1288）
横瀬会場：横瀬児童館（22-2072）に電話で予約

プレママ&産後ママのリフレッシュ教室

●対象：妊娠5か月を過ぎた妊婦
1か月健診受診後～生後8か月児までの親子



定員：12組

日にち	時間	内容
6月3日(水)	10:00～11:30 【受付】9:45～	<ul style="list-style-type: none"> ストレッチ、骨盤体操等 ベビーマッサージ（妊婦は人形を使用） 栄養士の講話 個別相談（希望者）
9月2日(水)		
12月8日(火)		
2月1日(月)		

持ち物 母子健康手帳、バスタオル、フェイスタオル、各自必要なもの（お子さんのおむつ、授乳用品、水分補給の飲み物等）

注意 動きやすい服装でご参加ください。

はじめてのキャン♪離乳食教室

●対象：離乳食期の親子、妊娠5か月を過ぎた妊婦



定員：10組

日にち	時間	内容
5月26日(火)	10:00~11:30 【受付】9:45~	<ul style="list-style-type: none"> ・栄養士の講話 ・離乳食の試食など ・個別相談（希望者）
7月22日(水)		
9月25日(金)		
11月25日(水)		
1月25日(月)		
3月18日(木)		



持ち物 母子健康手帳、バスタオル（お子さん用）

赤ちゃんのあそびの教室

●対象：4か月児健診受診後～8か月児までの親子
対象外のお子さんも参加可能です。お問い合わせください。



定員：10組

日にち	時間	内容
4月27日(月)	10:00~11:30 【受付】9:45~	<ul style="list-style-type: none"> ・作業療法士の講話 ・赤ちゃんの発達を促す親子遊び ・作業療法士との個別相談 ・育児相談（希望者）
6月26日(金)		
8月28日(金)		
10月23日(金)		
12月21日(月)		
2月15日(月)		



持ち物 母子健康手帳、普段使っているおもちゃ、バスタオル

注意 動きやすい服装でご参加ください。

あそびの教室

●対象：歩き始めから3歳頃までの親子



日にち		教室の流れ
4月28日(火)	10月21日(水)	9:30~ 受付・自由遊び
5月27日(水)	11月24日(火)	9:50~ トランポリン・朝のあいさつ・ペープサート くすぐり遊び・体操・リズム遊び・ゆさぶり 遊び・パラシュート遊び・サーキット遊び トイレタイム・絵本パネルシアター・折り紙 さようならのあいさつ
6月24日(水)	12月22日(火)	
7月24日(金)	1月26日(火)	
8月26日(水)	2月22日(月)	
9月28日(月)	3月15日(月)	

持ち物 バスタオル、トイレ用品、飲み物（お茶等の甘くないもの）

注意 親子ともに動きやすい服装でご参加ください。

子育て支援アプリ「ちちぶっこ」

- お子さんの身長・体重の記録を自動でグラフ化
 - 日々増える「できたよ」を写真付きで記録できます
 - 予防接種も簡単に管理できます
 - 乳幼児健診のお知らせがプッシュ通知で届きます
 - 地域の子育て情報が随時配信されます
- ぜひご利用ください▶

