

# 出産を迎える方々へ

～赤ちゃんとの生活をイメージしてみましょう～

都筑区在住で、初めて出産を迎える方とその家族に健やかな妊娠期を過ごし出産に臨めるように、保健指導と出産後の赤ちゃんとの生活をイメージできるような体験型プログラムを取り入れた両親教室を実施しています。

平日開催および休日開催の教室があります。生まれてくる赤ちゃんのためにぜひご参加ください。

\*ご自身や家族の都合の良い日や時間、開催場所にご参加ください。

## 対象

- ①初めて出産を迎える妊娠20週以降の方
  - ②都筑区在住の方
- 上記①②を満たす妊婦とそのパートナー  
※ 経産婦の方はご相談ください

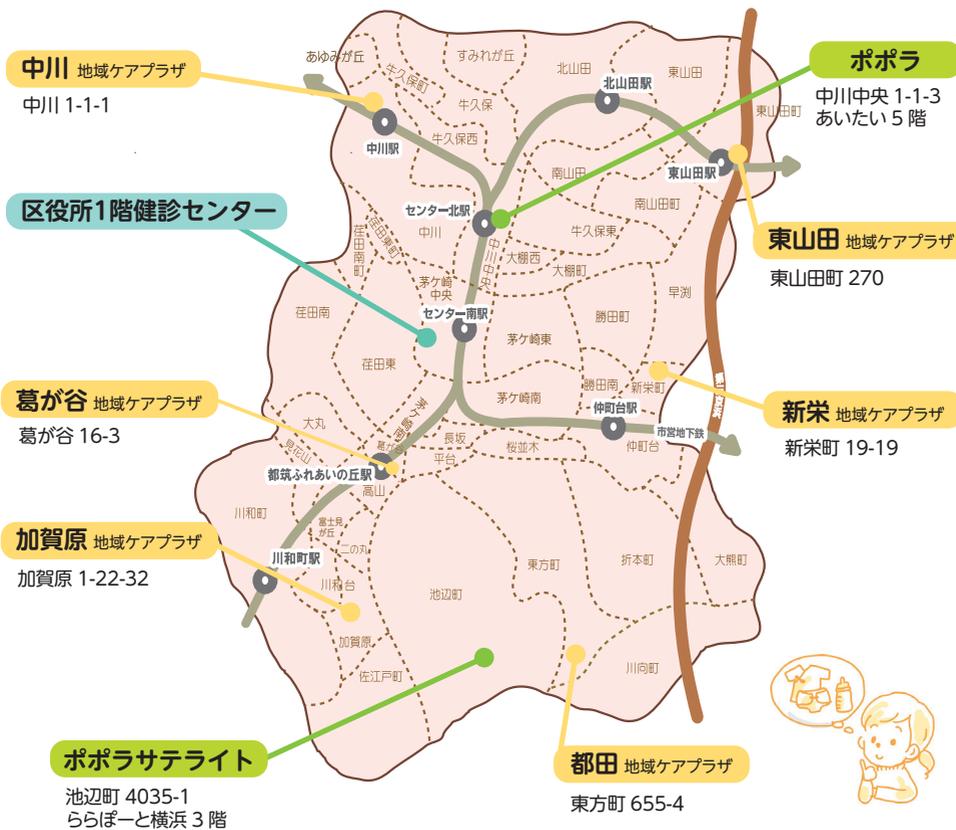
## 持ち物

母子健康手帳、子育てガイドブック whichever、  
筆記用具

## 両親教室の様子



## 両親教室会場MAP



\* 荒天、天災等によって中止・延期・開催方法の変更をする場合があります。  
情報は区およびポポラのホームページで更新します。  
あらかじめご了承ください。



ポポラ・ポポラサテライトの妊娠中の方のためのイベント情報はこちら



\* 提供された個人情報は、今回の事業のみに利用し、その他の目的で利用することはありません。

# 両親教室開催日程

妊娠中の方とそのパートナーのために休日及び平日に、両親教室を開催しています。  
休日に参加したい方や自宅近くの会場に参加したい方などそれぞれご自身や家族の都合に合わせてご参加ください。



2026年

2027年

出産予定月(受講目安)

8月 9月 10月 11月 12月 1月 2月 3月 4月 5月 6月 7月

## 休日両親教室

会場	内容	時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	申込方法	申込
都筑区子育て支援センター	ポポラサテライト (ららぽーと横浜) TEL:045-507-6856	16:00~ 17:30	11 (土)	9 (土)	13 (土)	11 (土)	8 (土)	12 (土)	10 (土)	14 (土)	12 (土)	9 (土)	13 (土)	13 (土)					詳細と 申込みはこちらから 	[申込開始] 開催日の前月10日 12:00
	ポポラ (センター北駅直結) TEL:045-912-5135	10:30~ 12:00	25 (土)	23 (土)	27 (土)	25 (土)	22 (土)	26 (土)	24 (土)	28 (土)	26 (土)	23 (土)	27 (土)	27 (土)						
地域ケアプラザ	葛が谷							6(日) PM										7(日) PM	・ポポラサテライト、 ポポラ (先着順:定員各12組)  ・各地域ケアプラザ (先着順:定員各6組)	[申込締切] 開催日の2日前 12:00まで
	東山田			31(日) AM						15(日) AM										
	中川					4(土) AM				3(土) AM										
	新栄			18(土) AM									16(土) AM							
	都田							2(日) PM					6(日) PM							
	加賀原						7(日) PM										7(日) PM			

※協力:ショッピングタウンあいたい・三井ショッピングパーク ららぽーと横浜・区内地域ケアプラザ

## 平日両親教室

都筑福祉保健センター こども家庭支援担当 TEL 948-2318~19

会場	内容	時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	申込方法	申込
区役所1階保健センター	妊娠から出産まで 第1回	9:30~ 11:30	6 (月)	11 (月)	8 (月)	6 (月)	3 (月)	7 (月)	5 (月)	9 (月)	7 (月)	18 (月)	8 (月)	8 (月)	申込みは、こちらから 	随時
	産後の話 第2回*	13:30~ 15:30														
	話してみよう・聞いてみよう 第3回	13:30~ 15:30	14 (火)	19 (火)	16 (火)	14 (火)	17 (月)	15 (火)	13 (火)	17 (火)	15 (火)	19 (火)	16 (火)	16 (火)		

※第2回は、13時10分から都筑交通安全母の会による「チャイルドシートの講座」があります。お車をご利用の方は、ぜひご参加ください。

3回で1コース