



# プレママ・プレパパ講座

～夫婦一緒に赤ちゃんを迎える準備をしませんか～ ★お一人での参加もお待ちしています！

これから出産を迎えるママ・パパを対象に、出産前後の心身の変化や気をつけることを学びます。沐浴やオムツ替えなどを実際に体験します。



東成区では、毎月「プレママ・プレパパ講座」を開催しています。沐浴体験等の他にもパパの妊婦体験や子育て支援の情報提供も行っています(\*^\_^\*)

助産師さんに相談できますよ(^o^)

裏面の日程表をご確認の上、お申し込みください♪

『妻の大変さがわかった』と妊婦体験は大好評です！！



## 対象

大阪市内在住のこれからママ、パパになる方  
※受講時に概ね妊娠6ヶ月～8ヶ月の方

## 定員

8組（応募者多数の場合は抽選）

## 費用

無料

## 講師

助産師 ・ プラザスタッフ

## 会場

東成区子ども・子育てプラザ

## 申し込み 問合せ

申し込み開始日になりましたら、東成区子ども・子育てプラザ（6976-0300）に電話でお申し込み・お問合せください。Webからもお申し込みいただけます。



申し込み・問合せ 東成区子ども・子育てプラザ TEL 06-6976-0300

（東成区東中本 2-3-16）

【プラザHP】

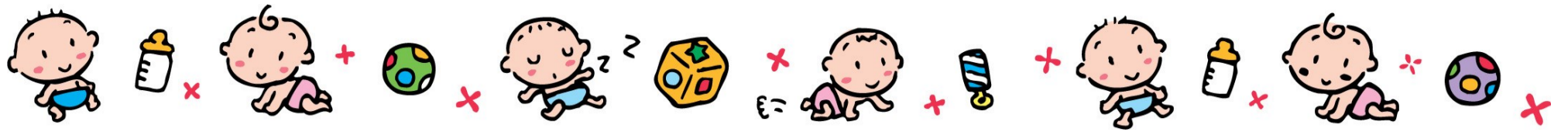


【受付時間】：午前9時30分～午後5時まで

【休館日】：〇月曜日 ※ただし、7月21日から8月31日までの間の月曜日は開所

〇国民の祝日 ※ただし、こどもの日及び山の日が開所

〇年末年始（12月29日から翌年1月3日まで）



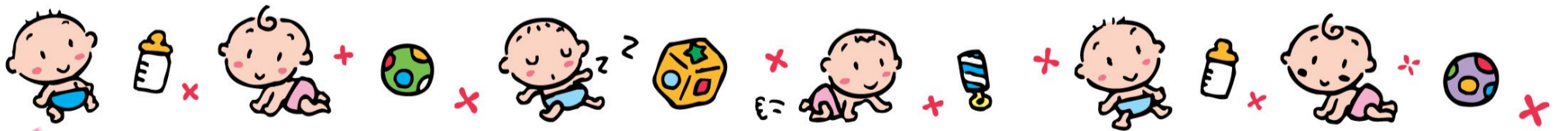
# プレママ・プレパパ講座 令和5年度 予定表

月 日	曜 日	時 間	申込受付期間	抽選日
令和5年4月16日	(日)	10:00 ~ 12:00	4月1日(土) ~ 4月8日(土)	4月9日(日)
令和5年5月21日	(日)	10:00 ~ 12:00	5月2日(火) ~ 5月13日(土)	5月14日(日)
令和5年6月18日	(日)	10:00 ~ 12:00	6月1日(木) ~ 6月10日(土)	6月11日(日)
令和5年7月16日	(日)	10:00 ~ 12:00	7月1日(土) ~ 7月8日(土)	7月9日(日)
令和5年8月20日	(日)	10:00 ~ 12:00	8月1日(火) ~ 8月12日(土)	8月13日(日)
令和5年9月17日	(日)	10:00 ~ 12:00	9月1日(金) ~ 9月9日(土)	9月10日(日)
令和5年10月15日	(日)	10:00 ~ 12:00	10月1日(日) ~ 10月7日(土)	10月8日(日)
令和5年11月19日	(日)	10:00 ~ 12:00	11月1日(水) ~ 11月11日(土)	11月12日(日)
令和5年12月17日	(日)	10:00 ~ 12:00	12月1日(金) ~ 12月9日(土)	12月10日(日)
令和6年1月21日	(日)	10:00 ~ 12:00	1月4日(木) ~ 1月13日(土)	1月14日(日)
令和6年2月18日	(日)	10:00 ~ 12:00	2月1日(木) ~ 2月10日(土)	2月13日(火)
令和6年3月17日	(日)	10:00 ~ 12:00	3月1日(金) ~ 3月9日(土)	3月10日(日)

## 会場

東成区子ども・子育てプラザ 大阪市東成区東中本 2-3-16

### アクセスMAP



新深江みらいひろばでも「プレママ・プレパパ講座」を開催しています！

【日 時】9月16日(土)、11月25日(土)、1月27日(土) 各回 13:00~15:00

【場 所】新深江みらいひろば (大阪市東成区大今里南 4-8-9)

【定 員】各回 4組 (先着順) ※Osaka Metro 千日前線「新深江」②出口より5分

【問合せ・申込み】新深江みらいひろば ☎06-4306-4652

各回同じ  
内容です