

これから赤ちゃんを迎えるママ・パパへ

出産前の準備に……

プレママ・プレパパ 講座

参加費
無料

定員 **8** 組

応募多数時
抽選

毎月 **第3日曜** 開催

※開催日が変更する場合があります。

詳細はHPよりご確認ください。

10:00-12:00

 **東成区子ども・子育てプラザ**

沐浴体験や産前産後について学び、赤ちゃんを迎える
準備をしましょう♪ お一人でのご参加も大歓迎☆



講座内容を紹介……

【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カ月～8ヶ月の方

01

沐浴体験

実際に、お人形を使って
沐浴体験をします♪



02

妊婦体験・だっこ体験

妊婦体験で、ママの負担を
疑似体験したり、お人形を
つかって抱っこの練習を
します♪



03

産前産後や 授乳の話

出産前後の心身の変化や、
母乳育児についてなど
学びます♪



講師

助産師・プラザスタッフ

講座では、他にも子育て支援の情報提供や、
助産師さんへの相談も行っています。

東成区社会福祉協議会

東成区子ども・子育てプラザ

HPからお申し込みください♪ ----->

<https://higashinarikuplaza.jp>

プレママ・プレパパ講座 

〒537-0021 大阪市東成区東中本2丁目3-16

TEL. 06-6976-0300



令和8年度 開催予定日

開催日	申込開始日	抽選日
令和8年 4/19	4/1 (水)	4/12

5/17	5/1 (金)	5/10
------	---------	------

6/21	6/2 (火)	6/14
------	---------	------

7/19	7/1 (木)	7/12
------	---------	------

8/23	8/1 (土)	8/16
------	---------	------

9/13	9/1 (火)	9/6
------	---------	-----

開催日	申込開始日	抽選日
10/18	10/1 (木)	10/11

令和9年 1/17	1/5 (火)	1/10
-----------	---------	------

2/21	2/2 (火)	2/14
------	---------	------

3/14	3/2 (火)	3/7
------	---------	-----

※ 開催日・抽選日は日曜日となります

※ 設備工事のため、11月・12月は開催中止となります

※ ホームページからの申込開始日は毎月1日となります

外からみた様子です♪



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】 5月23日 (土)、7月25日 (土)、9月26日 (土)、11月28日 (土)

令和9年1月23日 (土)、3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)

※Osaka Metro千日前線「新深江」②出口より5分

【定員】 各回4組 (先着順)

【問合せ・申込み】 新深江みらいひろば ☎06-4306-4652

s.miraihiroba@miraihoikuen.net

【みらいひろばHP】

