

令和7年度 妊娠中の教室のご案内

教室名	内容・定員	会場	時間	曜日	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	申込先
両親学級 (要申し込み)	ご夫婦で参加し、妊娠中の過ごし方、出産・育児について体験を通して学びます。 【定員】20組 第1子を妊娠中の妊娠34週未満の妊婦さんとパートナー	市役所2階 多目的スペース	9時30分～ 11時30分	日曜日	27	25	22	27	24	28	26	16	21	25	15	22	①
	ご夫婦で参加し、妊娠中の過ごし方、出産・育児について体験を通して学びます。 【定員】20組 第1子を妊娠中の妊娠34週未満の妊婦さんとパートナー	東部地区 にこにこ センター	10時～ 12時	土曜日 又は 日曜日		18 (日)			2 (土)		5 (日)			17 (土)			②
	ご夫婦で参加し、妊娠中の過ごし方、出産・育児について体験を通して学びます。 【定員】10組 第1子を妊娠中の妊娠34週未満の妊婦さんとパートナー	琴海南部文化 センター	10時～ 12時	土曜日			14				6				7		③
	ご夫婦で参加し、妊娠中の過ごし方、出産・育児について体験を通して学びます。 【定員】10組 第1子を妊娠中の妊娠34週未満の妊婦さんとパートナー	健康づくり センター (布巻町)	10時～ 12時	5月は土 曜日、1 月は金曜 日		31 (土)								30 (金)			④
	妊娠中の栄養や過ごし方について実習や体験を通して学びます。(プレママ・プレパパクッキング) 【定員】5組 第1子を妊娠中の妊娠34週未満の妊婦さんとパートナー		10時～ 13時	日曜日						21							
ツインズ広場・ フェスティバル (要申し込み)	4歳までの双子以上のお子さんと多胎妊婦の方の情報交換・交流の場です。 【定員】なし	市役所2階 東総合事務所	10時30分～ 11時45分	それぞれ 異なる	24 東						19 市役 所			28 東			市役所:① 東:②
		長崎市科学館	10時～12時	日曜日			22										①

<注意点>

- ・教室日程、会場につきましては、「広報ながさき」や長崎市の子育て応援情報サイト「イーカオ」でもご案内しております。
- ・日程、会場が変更となる場合がありますので、お申し込みの際に必ずご確認ください。
- ・出来るだけ多くの方にご参加いただくために、両親学級は1組1回までの参加となりますので、ご了承ください。
- ・定員を超えた場合には抽選となる場合がありますので、詳しくは下記の問い合わせ先へご連絡ください。

<問い合わせ先・申し込み先>

- | | |
|---|-----------------|
| ①長崎市電子申請サービスまたは中央総合事務所 地域福祉課 健康支援係(長崎市魚の町4-1) | : ☎095-829-1429 |
| ②長崎市電子申請サービスまたは東総合事務所 地域福祉課 健康支援係(長崎市矢上町8-21) | : ☎095-813-9001 |
| ③長崎市電子申請サービスまたは北総合事務所 地域福祉課 健康支援係(長崎市琴海村松町703-14) | : ☎095-814-3400 |
| ④長崎市電子申請サービスまたは南総合事務所 地域福祉課 健康支援係(長崎市布巻町111-1) | : ☎095-892-1113 |



長崎市電子申請
システムはこちら

