

子育て体験講座

こんなことを行います！

- ・ 赤ちゃんのお風呂(実技)
- ・ 赤ちゃんとの生活・育児についてのお話
- ・ 妊娠期の食事について
- ・ 妊婦体験ジャケットの着用



【日 程】

令和7年					令和8年
5月11日 (日)	7月13日 (日)	8月22日 (金)	9月21日 (日)	12月14日 (日)	2月1日 (日)

【時 間】 午前10時～正午 / 受付:9時45分～10時まで

【場 所】 塩尻市保健福祉センター 1階

【持ち物】 母子健康手帳、筆記用具、飲み物



『ママパパ学級テキスト』（マタニティ講座に出席された方でお持ちの方）

お申込みについて

お電話でお申込みください

塩尻市役所 健康づくり課



0263-52-0280(内線 2141)
0263-52-0855(直通)

※キャンセルの場合は必ず
ご連絡ください
※託児はありません

○講座の日程にご都合がつかない方、急な講座の中止により参加できなかった方は資料をお渡ししますので、子育て支援センターまでお問い合わせください。

○当日、体調がすぐれない方は受講をご遠慮ください。