

# 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(赤ちゃん人形での練習)
- ・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のお話
- ・妊婦体験ジャケットの着用



### 【日 程】

令和8年					令和9年
5月17日 (日)	7月26日 (日)	10月4日 (日)	12月6日 (日)		2月7日 (日)

【時 間】午前10時～正午頃（受付：9時45分～10時）

【場 所】塩尻市保健福祉センター1階 ※託児はありません。

【持ち物】母子健康手帳、筆記用具、飲み物



### お申込みについて

市ホームページから、お申込みください



市ホームページ

ご都合がつかなくなった場合は、必ず  
キャンセルの手続きをお願いいたします。

【キャンセルの手続き】  
予約完了メールまたはホームページから、  
整理番号・パスワードを入力し、「取下げ」を  
してください。整理番号等が分からぬ場合、  
健康づくり課までご連絡ください。

### <お問い合わせ先>

塩尻市役所健康づくり課



0263-52-0855(直通)  
平日 8:30～17:15

○講座の日程にご都合がつかない方や定員オーバー等により参加できなかった方は、

資料をお渡しいたしますので、塩尻市健康づくり課までお問い合わせください。

○マスクの着用にご協力ください。

○当日、体調がすぐれない方は受講をご遠慮ください。