

# 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

【キャンセルについて】  
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。  
手続きの方法は、予約完了メールまたは  
市ホームページをご確認ください。

<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。