

令和7年度

※日程が変更となる可能性があります。詳しくはホームページをご参照ください。

母親＆父親学級 ※2回1コースです

コース	1回目	2回目	出産予定日 (目安)	申込期間
1	5/9 (金)	5/16 (金)	7月～9月	4/1 (火)～4/22 (火)
2	6/17 (火)	6/27 (金)	8月～10月	5/1 (木)～5/22 (木)
3	7/22 (火)	7/29 (火)	9月～11月	6/2 (月)～6/23 (月)
4	9/3 (水)	9/9 (火)	11月～令和8年1月	8/1 (金)～8/22 (金)
5	10/10 (金)	10/17 (金)	12月～令和8年2月	9/1 (月)～9/22 (月)
6	11/21 (金)	11/28 (金)	令和8年1月～3月	10/1 (水)～10/22 (水)
7	令和8年 1/8 (木)	1/16 (金)	3月～5月	12/1 (月)～12/22 (月)
8	3/6 (金)	3/13 (金)	5月～7月	2/2 (月)～2/24 (火)

＜対象者＞稲毛区在住の妊婦、パートナー

＜持ち物＞母子健康手帳、母子健康手帳別冊、筆記用具、飲み物※動きやすい服装でお越しください。

1回目 9:30～12:00

会場：稲毛保健福祉センター 2階

【赤ちゃんとの生活をイメージしよう】

お口のお話、食生活のポイント

赤ちゃんとの生活、実技（抱っこ、沐浴練習）

※ご希望の方は普段飲んでいる味噌汁やスープ等の汁物を50ccほどお持ちください。塩分測定いたします。

2回目 9:30～12:00

会場：稲毛保健福祉センター 2階

【助産師による講話】

～親になるための体づくり、心づくりの話～

☆わくわく離乳食コーナー設置中☆

日時：各1回目 12:00～12:30

会場：稲毛保健福祉センター 2階

簡単レシピや離乳食で使える天然だしの取り方の紹介、10倍がゆの作り方体験等ができます。

パパも学ぼう母乳教室

「母乳で育てたいけど、実際にできるのか心配」「妊娠中からやっておくことは？」

母乳のでるメカニズムや、授乳について、心配に思っていることや疑問を助産師に聞いてみませんか？

	日程	申込期間
1	6/30 (月)	5/1 (木)～5/22 (木)
2	9/25 (木)	8/1 (金)～8/22 (金)
3	令和8年 2/6 (金)	1/5 (月)～1/26 (月)



＜対象者＞稲毛区在住の妊婦、パートナー※出産予定日に関わらずご参加いただけます。

＜持ち物＞母子健康手帳、母子健康手帳別冊、筆記用具、飲み物

会場：稲毛保健福祉センター2階

時間 9:30～11:30

申請方法母親＆父親学級およびパパも学ぼう母乳教室

ともに電子申請または電話にてお申し込みください。
(電子申請につきましてはホームページをご参照ください。)

申し込み・問い合わせ先

稲毛母子健康包括支援担当

電話：043(284)8130

※全て予約制です。電話予約は9:00～開始です。

母親＆父親学級、
パパも学ぼう母乳教室
ホームページ



※母親＆父親学級ご参加前に、
下記の動画「赤ちゃんが泣き止まない - 泣きの対処と理解のために - 」をご覧ください。

