

2026 母 親 学 級

Kangaroo School

予約制です

希望者託児あり

3日前までに
ご予約下さい。

妊娠中期(妊娠27週くらいの方まで)

妊娠後期(妊娠28週くらいの方から)

| ・赤ちゃんが健康に育ち、 お母さんの体を守るために必要なこと ・妊娠中期の栄養(試食あり) ・マタニティストレッチ | 参加対象の 分娩予定月 | ・妊娠後期の健康管理と産後の生活 ・母乳と乳房ケア ・妊娠後期・産後の栄養(試食あり) ・マタニティストレッチ&リラクゼーション | 参加対象の 分娩予定月 |
|--|----------------|---|----------------|
| 5月 27日(水) | R8/10・11 | 4月 22日(水) | R8/6・7 |
| 7月 22日(水) | R8/12・R9/1 | 6月 24日(水) | R8/8・9 |
| 9月 30日(水) | R9/2・3 | 8月 26日(水) | R8/10・11 |
| 11月 25日(水) | R9/4・5 | 10月 28日(水) | R8/12・R9/1 |
| 1月 27日(水) | R9/6・7 | 12月 23日(水) | R9/2・3 |
| 3月 24日(水) | R9/8・9 | 2月 24日(水) | R9/4・5 |

場 所 : うきは市役所 西別館

時 間 : 9:30~12:30
(受付9:20~9:30)

持 参 品 : 母子手帳、普段使用しているお茶碗、飲み物、
筆記用具、ママと赤ちゃんの健やかファイル、
ママのための血圧手帳(母子手帳交付時にお渡し済)
※動きやすい服装でお越しください

お申込み : お電話又は右のQRコードよりお申込みください。
予約後に欠席される場合は、お早めにこどもみらい課までご連絡ください。

妊婦体験ジャケットによる妊婦体験もあります!
ご家族の方もぜひ一緒にご参加ください



うきは市役所 こどもみらい課 こども健康係(西別館)

☎0943-73-7330