

# にこたまクラブ

令和7年度

～母親・両親教室～

ママの準備

- ・妊娠中の生活
- ・からだと心の変化
- ・お産の進み方 など

ベビーの準備

- ・妊娠中の準備
- 赤ちゃん用品

やってみよう!

- ・だっこ
- ・沐浴
- ・オムツ交換
- ・着替え

**不安なことは、妊娠中に解決しちゃおう!**

★対象者：妊婦さんとパートナー等 ＊お一人での参加も大歓迎です。

★場所：こども家庭センター「にこにこ」(ウイングベイ小樽1番街4階)

★日程・開催時間：13時30分～15時 (\*の日程は10時～11時30分)

4月	10日、15日(*)、17日、22日(*)、24日	10月	9日、14日(*)、21日(*)、23日、30日
5月	8日、13日(*)、20日(*)、22日	11月	6日、11日(*)、18日(*)、20日
6月	10日(*)、12日、19日、24日(*)、26日	12月	9日(*)、11日、18日、23日(*)、25日
7月	8日(*)、17日、22日(*)、24日、31日	1月	8日、13日(*)、20日(*)、22日、29日
8月	7日、19日(*)、21日、28日	2月	5日、10日(*)、12日、19日
9月	2日(*)、4日、18日、25日、30日(*)	3月	5日、10日(*)、19日、24日(*)、26日

★定員 2組 (申込は開催前日まで)

★お願い★

母子健康手帳をお持ちください。  
また、体温調節ができる服装でお越しください。



申込み・お問合せ先  
小樽市こども未来部こども家庭課  
TEL 0134-32-5208

または  
こちらから⇒

