初めて赤ちゃんを迎えるママ・パパの皆さんへ

ハローベビー教室

予約制
無料

知って安心！
妊娠出産・産後の生活



「初めての出産はなんだか不安」
「どんな準備をしたらいいの？」

妊娠中にこれだけは知っておきたい！
助産師などの専門スタッフが、これから
はじまる出産・育児のことをお話します。
＊体験コーナーあり

対象

江戸川区民で初めてお子さんを迎える妊婦と
そのパートナー等
＊お一人での参加も可能です
＊受講日に妊娠１６～３１週の方

持ち物

母子健康手帳、筆記用具、A4資料が入る手提げ袋

内容

① お産までの経過
② 赤ちゃんのいる生活、産後のお役立ち情報
③ 育児体験・パパの妊婦体験

詳細は裏面へ！

▼２つのうち、どちらかをお選びください▼

▼平日コース▼

・日時と会場：区ホームページをご覧ください。
右の二次元コードから
アクセスできます。

平日ハローベビー
教室HP

・申し込み方法：電話による事前申込制
※先着順で締め切ります。

・お問い合わせ：各会場の健康サポートセンターへ
ご連絡ください。



妊婦体験

▼休日（土日）コース▼

・日時と会場：区ホームページをご覧ください。
右の二次元コードから
アクセスできます。

休日ハローベビー
教室HP

・申し込み方法：区HP（申し込み期限あり）
※申し込み多数の場合抽選
各健康サポートセンターでは申し込みできません。

・お問い合わせ：株式会社　ポピンズプロフェッショナル
☎０３（３４４７）５８２６
（土日祝日年末年始を除く　９時～１７時）

令和8年11月作成