

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

知って安心！ 妊娠出産・産後の生活

予約制
無料

「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▼

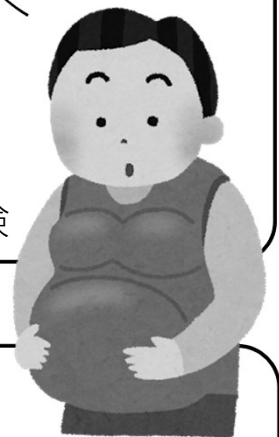
▼平日コース▼

- ・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。
- ・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。



平日ハローベビー
教室HP

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。
- ・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）



休日ハローベビー
教室HP