

【日 程】 午前クラス 10:00～(受付9:45～) 午後クラス 13:30～(受付13:15～)※午前、午後ともに内容は同じです。

適切な時期に受講できるよう、「対象者の出産予定日」を確認してからお申込みください。

開催日			会 場	対象者の出産予定日	申込受付期間	受講者決定期間 (結果通知期間)
2026年	4月5日	日曜日	鹿 骨 健康サポートセンター	2026年6月1日～2026年9月20日	2026年 3月1日 10時～3月7日 17時	3月8日～3月14日
	4月11日	土曜日	清 新 町 健康サポートセンター	2026年6月7日～2026年9月26日		
	4月18日	土曜日	小 岩 健康サポートセンター	2026年6月14日～2026年10月3日		
	5月9日	土曜日	中 央 健康サポートセンター	2026年7月5日～2026年10月24日	4月1日 10時～4月7日 17時	4月8日～4月14日
	5月17日	日曜日	小 松 川 健康サポートセンター	2026年7月13日～2026年11月1日		
	5月24日	日曜日	東 部 健康サポートセンター	2026年7月20日～2026年11月8日		
	6月6日	土曜日	清 新 町 健康サポートセンター	2026年8月2日～2026年11月21日	5月1日 10時～5月7日 17時	5月8日～5月14日
	6月14日	日曜日	葛 西 健康サポートセンター	2026年8月10日～2026年11月29日		
	6月21日	日曜日	小 岩 健康サポートセンター	2026年8月17日～2026年12月6日		
	7月5日	日曜日	鹿 骨 健康サポートセンター	2026年8月31日～2026年12月20日	6月1日 10時～6月7日 17時	6月8日～6月14日
	7月11日	土曜日	葛 西 健康サポートセンター	2026年9月6日～2026年12月26日		
	7月25日	土曜日	東 部 健康サポートセンター	2026年9月20日～2027年1月9日		
	8月1日	土曜日	清 新 町 健康サポートセンター	2026年9月27日～2027年1月16日	7月1日 10時～7月7日 17時	7月8日～7月14日
	8月23日	日曜日	中 央 健康サポートセンター	2026年10月19日～2027年2月7日		
	8月29日	土曜日	小 松 川 健康サポートセンター	2026年10月25日～2027年2月13日		
	9月5日	土曜日	清 新 町 健康サポートセンター	2026年11月1日～2027年2月20日	8月1日 10時～8月7日 17時	8月8日～8月14日
	9月13日	日曜日	葛 西 健康サポートセンター	2026年11月9日～2027年2月28日		
	9月27日	日曜日	東 部 健康サポートセンター	2026年11月23日～2027年3月14日		
	10月3日	土曜日	清 新 町 健康サポートセンター	2026年11月29日～2027年3月20日	9月1日 10時～9月7日 17時	9月8日～9月14日
	10月18日	日曜日	中 央 健康サポートセンター	2026年12月14日～2027年4月4日		
	10月25日	日曜日	鹿 骨 健康サポートセンター	2026年12月21日～2027年4月11日		
	11月7日	土曜日	東 部 健康サポートセンター	2027年1月3日～2027年4月24日	10月1日 10時～10月7日 17時	10月8日～10月14日
	11月15日	日曜日	小 松 川 健康サポートセンター	2027年1月11日～2027年5月2日		
	11月28日	土曜日	葛 西 健康サポートセンター	2027年1月24日～2027年5月15日		
	12月6日	日曜日	小 岩 健康サポートセンター	2027年2月1日～2027年5月23日	11月1日 10時～11月7日 17時	11月8日～11月14日
	12月12日	土曜日	葛 西 健康サポートセンター	2027年2月7日～2027年5月29日		
	12月19日	土曜日	中 央 健康サポートセンター	2027年2月14日～2027年6月5日		
2027年	1月17日	日曜日	小 岩 健康サポートセンター	2027年3月15日～2027年7月4日	12月1日 10時～12月7日 17時	12月8日～12月14日
	1月24日	日曜日	鹿 骨 健康サポートセンター	2027年3月22日～2027年7月11日		
	1月30日	土曜日	東 部 健康サポートセンター	2027年3月28日～2027年7月17日		
	2月7日	日曜日	葛 西 健康サポートセンター	2027年4月5日～2027年7月25日	2027年 1月1日 10時～1月7日 17時	1月8日～1月14日
	2月14日	日曜日	小 岩 健康サポートセンター	2027年4月12日～2027年8月1日		
	2月20日	土曜日	小 松 川 健康サポートセンター	2027年4月18日～2027年8月7日		
	3月7日	日曜日	中 央 健康サポートセンター	2027年5月3日～2027年8月22日	2月1日 10時～2月7日 17時	2月8日～2月14日
	3月14日	日曜日	葛 西 健康サポートセンター	2027年5月10日～2027年8月29日		
	3月27日	土曜日	東 部 健康サポートセンター	2027年5月23日～2027年9月11日		

●日時・会場等変更になることがございます。最新情報は区ホームページでご確認ください。なお変更時はぴよナビえどがわにて情報発信します。ぜひご登録ください。