

# Hello! Baby!!



おふたりにとって大切な赤ちゃんを  
迎えるための準備としてご夫婦で一緒に  
育児について学んでみませんか？

プレママ・プレパパのための両親学級

2022年2月作成

## ハローベビー学級

連絡・問い合わせ先

御殿場市 保健センター ママサポごてんば  
☎0550-82-1111 ☎0550-70-6655

実習も楽しくできて  
親切に教えていただき  
とても勉強に  
なりました

Pre MAMA's Voice

Pre PAPA's Voice

イメージが湧き  
親になる自覚が  
少しずつ  
芽生えてきました

参加費無料 | 事前予約制

子どもを持つ実感が  
湧きました

Pre MAMA's Voice

Pre PAPA's Voice

初めてのことで不安でしたが、  
育児のイメージができました

対象者

はじめてのご出産を迎えるご夫婦 参加の目安：妊娠28週以降  
◎ご夫婦で参加いただくことを想定したプログラム内容となっています。  
できるだけご夫婦でご参加ください。  
◎里帰り出産などで早めの受講を希望される方はご相談ください。

内容

沐浴・着替えの実習、育児についてのお話  
◎沐浴や着替えの実習では赤ちゃん人形を使用して行います  
実際の育児と一緒に体験しましょう

日時

裏面をご覧ください  
※平日夜間または土曜日に  
開催しています

定員

12組程度 ※先着順

会場

御殿場市保健センター (御殿場市役所 健康推進課)  
〒412-0027 御殿場市西田中 237-7 ☎0550-82-1111

※開催日時・予約方法・持ち物リスト等は裏面をご確認ください

### 開催日時等

全6回 開催予定で予約制です。それぞれ予約受付期間に先着順で受け付けます。  
当日は、受付時間内に会場(御殿場市 保健センター)へお越しください。

開催日	時間	(予約受付期間)
令和4年 (2022年)	① 5月19日(木) 午後7時～午後8時30分 受付：午後6時45分～午後6時55分	5月9日(月) 午前9時から 5月13日(金) 午後4時
	② 7月1日(金) 午後7時～午後8時30分 受付：午後6時45分～午後6時55分	6月20日(月) 午前9時から 6月24日(金) 午後4時
	③ 9月3日(土) 午前10時～午前11時30分 受付：午前9時45分～午前9時55分	8月22日(月) 午前9時から 8月26日(金) 午後4時
	④ 11月2日(水) 午後7時～午後8時30分 受付：午後6時45分～午後6時55分	10月24日(月) 午前9時から 10月28日(金) 午後4時
令和5年 (2023年)	⑤ 1月21日(土) 午前10時～午前11時30分 受付：午前9時45分～午前9時55分	1月9日(月) 午前9時から 1月13日(金) 午後4時
	⑥ 3月3日(金) 午後7時～午後8時30分 受付：午後6時45分～午後6時55分	2月20日(月) 午前9時から 2月24日(金) 午後4時

### 予約方法

予約受付期間になりましたら  
『御殿場市子育て支援サイト』  
で予約を受付けます



予約はコチラから  
御殿場市子育て  
支援サイト



<https://www.gotemba-kosodate.jp/>

『御殿場市子育て支援サイト』で予約ができない場合は、電話で  
予約を受け付けます。  
下記問い合わせ先までお電話ください。

### 持ち物リスト

- 母子健康手帳
- 父子手帳 (お持ちの方)
- さんきゅうパパになろう! シアワセBOOK  
(母子健康手帳交付時にお渡ししています)
- 赤ちゃんをくるめるサイズのバスタオル
- 筆記用具
- ハンドタオル
- 飲み物

可能な方は  
沐浴バス、赤ちゃんの  
肌着やお洋服を  
ご持参ください

連絡・問い合わせ先 御殿場市 保健センター ☎0550-82-1111 (平日) 午前8時30分～午後5時15分

### ご注意!

保健センターへ来所される際は次のことにご協力をお願いします!

- 発熱やその他の体調不良時は来所を控えていただき、保健センターまでご連絡ください。
- 来所時に体調確認を実施し、新型コロナウイルス感染症の疑いのある方や、  
風邪症状などの症状がある場合、服薬で症状を抑えている場合は参加をお断りしています。

※新型コロナウイルス感染症の感染状況等により、オンラインにて開催させていただく場合があります。  
詳細や資料について、お申込みされた方に郵送いたします。