

パパママ教室・マタニティ教室のご案内

— 令和7年度 上半期版 —

東広島市では、安心して妊娠・出産・育児に臨まれるよう支援するため、教室を実施しています。みんなで一緒に学びながら、楽しいマタニティライフを過ごしましょう。

参加をお待ちしています。

- ★ 東広島市民の方が対象です。
- ★ パパママ教室・マタニティ教室の内容は初妊婦さん向けですが、妊婦さんであればどんなでも参加可能です。※託児はありませんが、お子さんも一緒に参加いただけます。
- ★ 安定期（妊娠6～8か月頃）の受講をお勧めしています。

※感染症や災害等により、実施内容や定員を変更・中止する場合があります。

最新の状況については市のホームページでお知らせします。

事前に予約が必要です。いずれかの方法で予約をお願いします。

※予約後にキャンセルされる際は、必ずご連絡ください。

- ① 各教室のホームページから電子申請する
- ② 東広島市役所 こども家庭課へ電話で申し込む

TEL(082)420-0407

パパママ教室

- 対象・・・妊娠6か月以降の妊婦の方で、ご夫婦でご参加していただける方
- 費用・・・無料
- 定員・・・各日程32組（午前と午後で16組ずつ）
- 内容

お父さんが主役です☆



沐浴体験：赤ちゃん人形を使用して、お風呂の入れ方の練習
妊婦体験：妊婦ジャケットを着用し、お父さんの妊婦体験
親子のふれあい：お腹の子どもへの語りかけ

など

R7年1月作成

■お問い合わせ

東広島市こども家庭課（東広島市こども家庭センター）
 〒739-8601 東広島市西条栄町8番29号
 TEL：082-420-0407
 MAIL：hgh200407@city.higashihiroshima.lg.jp

マタニティ教室 月2回コース

- 対象・・・妊娠6か月以降の妊婦の方で全2回受講出来る方
- 費用・・・無料
- 定員・・・各会場による（裏面日程表をご覧ください）
- 内容



第1回 ～自分らしい出産をするために～

- ・ 助産師による妊娠・出産・産後の過ごし方の話（お産の経過・呼吸法の体験など）
- ・ 栄養士による食生活の話（体重コントロール、食事のワンポイントなど）
- ・ 妊娠中のお口の健康について

第2回 ～赤ちゃんとの生活&先輩ママとの交流会～

- ・ 赤ちゃんのお世話
- ・ 出産後のサポートについて
- ・ 地域すくすくサポート、子育て支援センターの紹介

ワーキングマタニティ教室

- 対象・・・お仕事をされている初妊婦の方
- 費用・・・無料
- 定員・・・10名
- 内容



働く女性の出産・子育てについて、同じ立場のフレママと一緒に学びましょう！

～自分らしい出産をするために～

助産師による妊娠・出産・産後の過ごし方の話

～赤ちゃんとの生活～

赤ちゃんのお世話・出産後の生活について

～仕事も子育ても自分らしく～

働きながらの妊娠・出産・育児のサポートについて

～フリートーク～

妊婦さん同士の交流。自由にお話しましょう！

日曜日に開催します！



開催日時及び会場は、裏面を参照してください。

開催日程

★日程によって会場、時間が異なる教室があります。お気を付けください。

パパママ教室

★持ち物：母子健康手帳、ひがしひろしますくすくプラン、飲み物、筆記用具

※動きやすい服装でお越しください

	日程	時間（受付は 15 分前から）	会場	定員
4月	20（日）	① 10：00～12：00 ② 13：30～15：30	総合福祉センター2 階	① 16 組 ② 16 組
5月	18（日）			
6月	15（日）			
7月	6（日）			
8月	3（日）			
9月	7（日）			

マタニティ教室

★持ち物：母子健康手帳、ひがしひろしますくすくプラン、飲み物、筆記用具、

母子健康手帳副読本

	日程		時間 （受付は 15 分前から）	会場	定員
	第 1 回	第 2 回			
5月	1（木）	8（木）	13：00～15：00	ゆめもくば	10 人
6月	11（水）	18（水）	10：00～12：00	すくすくサポート高屋	8 人
8月	19（火）	26（火）	10：00～12：00	すくすくサポート八本松	10 人
9月	11（木）	18（木）	13：00～15：00	すくすくサポート福富	12 人

ワーキングマタニティ教室

★持ち物：母子健康手帳、ひがしひろしますくすくプラン、飲み物、筆記用具、

母子健康手帳副読本

	日程	時間（受付は 15 分前から）	会場	定員
4月	27（日）	10：00～12：00	すくすくサポート西条南	各 10 人
7月	27（日）			

【東広島版ネウボラ】伴走型相談支援

～おでかけすくすく～

妊娠 24 週以降の方は、伴走型相談支援～おでかけすくすく～の面談を、教室時に行うことができます♪

- ・妊娠中の方（妊娠 8 か月頃）へのアンケート（届いている方）
- ・ひがしひろしますくすくプラン

をご持参ください。

※妊娠 24 週以降で、アンケートが届いていない

方は、当日お渡しします。

詳しくは、ホームページをご覧ください。



伴走型相談支援
～おでかけすく
すく～について
はこちら↓



東広島市総合福祉センター

- 住所：西条町土与丸 1108 番地
- 電話：082-423-2800

キッズプラザひがしひろしま ゆめもくば

- 住所：西条西本町 28-30
ハローズ東広島店 2F
- 電話：082-431-3350

すくすくサポート高屋 （サムエル東広島こどもの園マザーグースのへや内）

- 住所：高屋町中島 490-5
- 電話：080-6263-0665

すくすくサポート八本松 （八本松あおい保育園 こんべいとう内）

- 住所：八本松東 6-6-28
- 電話：082-428-0030

すくすくサポート福富 （福富子育て支援センター ほほえみ）

- 住所：福富町久芳 1545-1（福富支所内）
- 電話：082-435-2343

すくすくサポート西条南 （認定こども園 愛育園 ゆりかご）

- 住所：西条町御園宇 6245-1
- 電話：090-8609-0864

★地域すくすくサポートでもマタニティ向けのイベントや教室を行っています。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

※パパママ教室・ワーキングマタニティ教室を当日キャンセル
される場合は直接会場に連絡してください。
（日曜日は市役所閉庁のため）

