

〈各会場の連絡先〉

| 会場名 | 住所 | 電話番号 |
|--|-----------------------------|---------------|
| 東広島市総合福祉センター | 西条町土与丸 1108 番地 | 082-423-2800 |
| すくすくサポート西条南 (認定こども園愛育園ゆりかご内) | 西条町御園宇 6245-1 | 090-8609-0864 |
| すくすくサポート高屋 (サムエル東広島子どもの園 マザーグースのへや内) | 高屋町中島 490-5 | 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ぺいとう内) | 八本松東 6-6-28 | 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内) | 福富町久芳 1545-1 (福富支所内) | 082-435-2343 |
| キッズプラザひがしひろしま ゆめもくば | 西条西本町 28-30 ハローズ東広島店 2 階 | 082-431-3350 |

令和8年2月作成



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なたでも参加可能です。
※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。

地域すくすくサポートでの教室

★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、ホームページをご覧ください。

イベント情報詳細はこちらから→



| イベント名・開催場所 | 内容 | 日時 |
|--|---------------------------------------|--|
| プレパパ・プレママ教室 すくすくサポート寺家 TEL：070-7428-8008 | ・沐浴体験 ・お着替え、 おむつの交換の仕方 等 | R8 4/26、7/26、8/23、9/27、10/25 R9 1/24、2/28、3/28（日曜日開催） 12：00～13：10 各回定員4組 |
| パパママクラス すくすくサポート八本松中央 TEL：080-8246-8119 | ・赤ちゃんのお世話体験 (抱っこ、お着替え、 おむつ交換) 等 | R8 7/11、11/28 R9 3/27（土曜日開催） 10：00～11：30 各回定員3組 |

※変更になる場合があります。ホームページや各すくすくサポートへのお問合せにてご確認ください。

事前に予約が必要です。

ご予約はこちらから→

予約方法は別紙
「妊娠期教室 Web の
申込方法」をご覧ください。



<https://higashihiroshima.service-now.com/crm>

予約確定後に変更・キャンセルする場合は、上記 URL より、「予約の確認・変更・キャンセル」からお手続きください。

■お問い合わせ

東広島市こども家庭課 母子保健係（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 FAX：082-424-1678
MAIL：hgh200407@city.higashihiroshima.lg.jp

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）
- 持ち物 母子健康手帳、飲み物、筆記用具
※動きやすい服装でお越しください



↑ホームページは
こちらから

■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た妊婦体験
- 夫婦コミュニケーション**：夫婦で協力して育児を行うためのお話



など

※日曜日は市役所関係のため、パパママ教室を当日キャンセルされる場合は、
直接、東広島市総合福祉センターに連絡してください。(TEL：082-423-2800)

| 日程 | | 時間 (受付は各回 15分前から) | 会場 | 定員 |
|-----|--------|--------------------------------|--------------------|----------------|
| 5月 | 17日(日) | ① 10:00~12:00 ② 13:30~15:30 | 東広島市 総合福祉センター2階 | ① 16組 ② 16組 |
| 6月 | 21日(日) | | | |
| 8月 | 2日(日) | | | |
| 9月 | 6日(日) | | | |
| 11月 | 15日(日) | | | |
| 12月 | 20日(日) | | | |
| 1月 | 17日(日) | | | |
| 2月 | 7日(日) | | | |

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(日程表をご覧ください)
- 持ち物 母子健康手帳、飲み物、筆記用具、
母子健康手帳副読本



↑ホームページは
こちらから

■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& 安心して子育てするために～

- ・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

★日程によって会場、時間、定員が異なります。お気を付けください。

| 日程 | 第1回 | 第2回 | 時間 (受付は各回 15分前から) | 会場 | 定員 |
|-----|--------|--------|----------------------|-------------|-----|
| 5月 | 22日(金) | 29日(金) | 10:00~12:00 | すくすくサポート西条南 | 8人 |
| 6月 | 17日(水) | 24日(水) | 10:00~12:00 | すくすくサポート高屋 | 8人 |
| 8月 | 18日(火) | 25日(火) | 10:00~12:00 | すくすくサポート八本松 | 8人 |
| 9月 | 10日(木) | 17日(木) | 13:00~15:00 | すくすくサポート福富 | 10人 |
| 10月 | 1日(木) | 8日(木) | 13:00~15:00 | ゆめもくば | 10人 |
| 12月 | 3日(木) | 10日(木) | 10:00~12:00 | すくすくサポート八本松 | 8人 |
| 2月 | 8日(月) | 15日(月) | 10:00~12:00 | すくすくサポート高屋 | 8人 |
| 3月 | 4日(木) | 11日(木) | 13:00~15:00 | ゆめもくば | 10人 |