

母親学級の予約は前月7日（土日祝日の場合は翌開庁日、2月分は1月17日から）受付開始

・お住まいの地域に関わらず受講可能です（初回優先）

\* 母親学級（平日コース）開催時間 13:30 ~ 15:30

- ① 1日目 赤ちゃんのお風呂の入れ方、ママと赤ちゃんの歯の健康
- ② 2日目 分娩の経過・呼吸法、妊娠中から始めるバランスの良い食事



開催場所 (定員30名)		令和3年			令和4年		
		10月	11月	12月	1月	2月	3月
牛込保健センター (木曜日)	①			2			
	②			9			
四谷保健センター (木曜日)	①				20		
	②				27		
東新宿保健センター (水曜日)	①	13				9	
	②	20				16	
落合保健センター (火曜日)	①		2				8
	②		9				15

### お問合せ・予約先

●牛込保健センター 電話03-3260-6231

Fax03-3260-6223

●四谷保健センター 電話03-3351-5161

Fax03-3351-5166

●東新宿保健センター 電話03-3200-1026

Fax03-3200-1027

●落合保健センター 電話03-3952-7161

Fax03-3952-9943