



北九州市の オンラインウェルカムベビー教室

- ・妊娠中の過ごし方がわからない...
- ・お産のすすみ方って？
- ・いろいろな情報があって迷ってしまう！
- ・出産後の生活についてイメージできない。

ご自宅で、リラックスしながら お気軽にご参加ください。
ご家族と一緒にの参加も大歓迎です。
助産師の話と、参加された皆さんとの情報交換で
安心して出産前後・子育ての準備をしましょう！

- 1 課★ 妊娠中の過ごし方について
- 2 課★ お産について
- 3 課★ 出産後の生活について
- 多胎★ 多胎児の妊娠から産後の生活まで

月 1～2 回（土曜日と平日 13：00～実施します。）

対象★妊婦さんとそのご家族（パートナーを含む）

（多胎の回は多胎児の妊婦さんとそのご家族のみ）

定員★15名（要予約）

参加費★無料

参加方法★ZOOMを使用



- ※ 申込者が定員を超えた場合は、抽選になりますのでご了承ください。
- ※ 妊婦さんの体調チェックのため、映像（ビデオ）は出させていただきます。
なりすまし防止の目的もあるため、映像が出ない方は参加できません。
- ※ 開催時にご出産された方は、お体の回復を優先するために参加はご遠慮ください。
- ※ 開催時間を10分過ぎてのご参加はできませんのでご了承ください。

詳細については、北九州市ホームページにてご確認ください。

<https://city.kitakyushu.lg.jp/ko-katei/11700312.html>

【お問い合わせ】

北九州市子ども家庭局子育て支援課 TEL 582-2410



令和6年度 開催日程

★開催日

課	内容	実施日	申込期間
1 課	妊娠中の過ごし方 ・妊娠中の身体や心の変化 ・赤ちゃんの成長 ・今日からできるカラダづくり など	5月16日(木) 7月13日(土) 9月19日(木) 11月16日(土) 12月21日(土) 2月20日(木)	4月30日～5月7日 6月21日～7月4日 8月28日～9月10日 10月25日～11月7日 11月29日～12月12日 1月29日～2月11日
2 課	お産について ・お産に向けての準備 ・お産の流れ など	6月8日(土) 8月10日(土) 10月12日(土) 11月30日(土) 1月18日(土) 3月6日(木)	5月16日～5月30日 7月13日～8月1日 9月19日～10月3日 11月8日～11月21日 12月21日～1月9日 2月12日～2月25日
3 課	産後の生活について ・産後の変化と過ごし方 ・赤ちゃんとの生活 など	6月22日(土) 8月31日(土) 10月26日(土) 12月5日(木) 2月1日(土) 3月22日(土)	5月31日～6月13日 8月9日～8月22日 10月4日～10月17日 11月13日～11月26日 1月10日～1月23日 2月28日～3月13日
多 胎	多胎児の妊娠から産後の生活まで ・単胎妊娠と多胎妊娠の違い ・多胎児との生活 など ※1～3課と合わせて受講することもできます。	9月14日(土) 3月15日(土)	8月23日～9月5日 2月21日～3月6日

★開催時間

13:00～14:30 (12:30から入室できます。)

※終了時間は前後する場合があります。

