米休日マタニティセミナーのご案内米

(NPO 法人ながのこどもの城いきいきプロジェクト、ワーカーズコープとの協働)

妊娠中や出産後について知っておきたいことや、育児について学ぶ教室です。

【対 象】 長野市に住所がある、妊娠 20~30 週の妊婦さんで第1子出産予定の方とその家族

【申込方法】 希望の会場へ電話でお申込みください。(先着順) ※どちらかの会場で1回参加していただけます。

【持 ち 物】 母子健康手帳、マタニティノート、筆記用具、飲み物、ハンカチ

「マタニティ応援セミナー」動画を配信しています。右の QR コードを読み取り、

ご覧ください。受講前に視聴していただくことをお勧めします。





長野市小式チャンネル

:式チャンネル 長野市ホームページ

① じゃん・けん・ぽん(新田町 1485-1 もんぜんぷら座2階 ☎026-219-0022)

【時 間】10:00~12:30 (受付 9:45~) ※スリッパをお持ちください。

【定 員】16組

【内 容】講話(赤ちゃんのいる生活・妊娠中の食生活等)、体験実習(沐浴・赤ちゃんのお世話)

開催月	開催日	出達	申し込み開始日		
4月	4月21日(日)	2024年6月30日	}	2024年9月8日	3月8日(金)
5月	5月19日(日)	2024年7月28日	~	2024年10月6日	4月8日(月)
6月	6月16日(日)	2024年8月25日	~	2024年11月3日	5月8日(水)
7月	7月21日(日)	2024年9月29日	~	2024年12月8日	6月10日(月)
8月	8月18日(日)	2024年10月27日	~	2025年1月5日	7月8日(月)
9月	9月8日(日)	2024年11月17日	~	2025年1月26日	8月8日(木)
10月	10月20日(日)	2024年12月29日	~	2025年3月9日	9月9日(月)
11月	11月17日(日)	2025年1月26日	~	2025年4月6日	10月8日(火)
12月	12月15日(日)	2025年2月23日	~	2025年5月4日	11月8日(金)
1月	1月19日(日)	2025年3月30日	~	2025年6月8日	12月9日(月)
2月	2月16日(日)	2025年4月27日	~	2025年7月6日	1月9日(木)
3月	3月16日(日)	2025年5月25日	~	2025年8月3日	2月10日(月)

② このゆびとまれ (篠ノ井布施高田 1021 25026-293-8860)

【時 間】10:00~11:45

【定 員】12組

【内 容】体験実習(沐浴・赤ちゃんのお世話・妊婦体験)、グループワーク等



開催月	開催日	出產	申し込み開始日		
4月	4月21日(日)	2024年6月30日	~	2024年9月8日	3月8日(金)
5月	5月19日(日)	2024年7月28日	~	2024年10月6日	4月8日(月)
6月	6月9日(日)	2024年8月18日	~	2024年10月27日	5月9日(木)
7月	7月21日(日)	2024年9月29日	~	2024年12月8日	6月10日(月)
8月	8月25日(日)	2024年11月3日	~	2025年1月12日	7月8日(月)
9月	9月8日(日)	2024年11月17日	~	2025年1月26日	8月8日(木)
10月	10月6日(日)	2024年12月15日	~	2025年2月23日	9月9日(月)
11月	11月10日(日)	2025年1月19日	~	2025年3月30日	10月8日(火)
12月	12月15日(日)	2025年2月23日	~	2025年5月4日	11月8日(金)
1月	1月19日(日)	2025年3月30日	~	2025年6月8日	12月9日(月)
2月	2月9日(日)	2025年4月20日	~	2025年6月29日	1月9日(木)
3月	3月9日(日)	2025年5月18日	~	2025年7月27日	2月10日(月)
	·	·		·	·