

パパママ教室のご案内

参加無料

安曇野市では、赤ちゃんの健やかな成長を支え、安心して出産・育児にのぞめるよう、妊婦さんとその家族を対象とした教室を開催しています。育児のイメージを持っていただけるような内容となっておりますので、ご都合をつけてぜひお出かけください。

【対 象】 安曇野市に住所がある妊婦さんとその家族等

【内 容】 沐浴実習、助産師による育児・生活の話、保健師による市の事業紹介

【申込方法】 事前にお申し込みが必要です。定員になり次第締め切ります。（各回16組）

申込期間内にLINEまたは電話にてお申し込みください。

※LINEでの申込方法は裏面に記載してあります。

【持 ち 物】 母子健康手帳、マタニティファイル、各自必要なもの

【場 所】 豊科保健センター（安曇野市豊科4155番地1）

【日 程】



日 時	6月28日（土）	10月18日（土）	2月21日（土）
	9：30～11：45 （受付 9：15～）	9：30～11：45 （受付 9：15～）	9：30～11：45 （受付 9：15～）
対象者	＜出産予定日＞ 令和7年9月～12月まで	＜出産予定日＞ 令和8年1月～4月まで	＜出産予定日＞ 令和8年5月～8月まで
	※出産予定日によって、参加できる回が決まっています。		
申込み 期 間	令和7年6月6日（金） ～6月20日（金）	令和7年9月26日（金） ～10月10日（金）	令和8年1月30日（金） ～2月13日（金）

パパママ相談

助産師、保健師などがご家庭に伺い、妊娠中からの個別の相談に応じることもできます。
お気軽に下記までお問い合わせください。

※裏面もご覧ください。



申込み・問い合わせ 安曇野市役所 健康推進課

TEL：0263-71-2471（土日祝除く 8：30～17：15）

LINE公式アカウントから申込みができます

1 安曇野市LINE公式アカウントを開きます

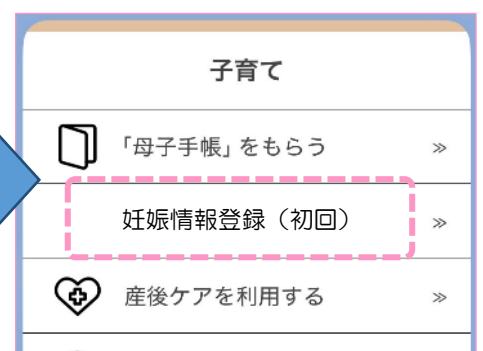
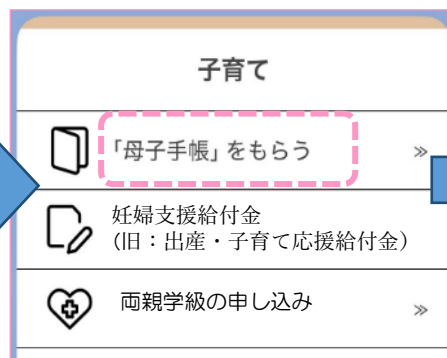


友だち登録をお願いします。



2 妊娠情報登録（初回）をします。

※妊娠届け出時等の際に登録が済んでいる方は、この操作は不要です。



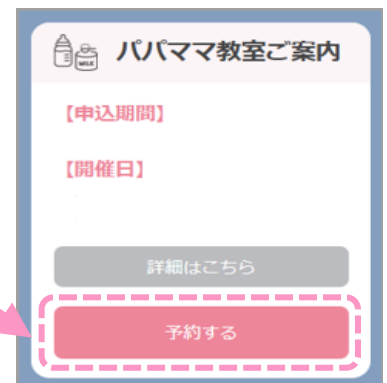
登録には、下記①～②のいずれかと③が必要です。

- ① 当市で母子手帳を発行した方：母子手帳交付番号
 - ② 妊娠中に当市へ転入した方：妊婦一般健康診査受診票交付番号
 - ③ マイナンバーカード、電子署名パスワード（英数字 6～16桁）
- ※お忘れの方は、市民課で確認ができます。



3 申し込み期間になると、両親学級の申し込みができます。

妊娠情報登録後、申込期間になると予約案内のメッセージが届きます。
「予約する」ボタンから、案内に沿って予約を行ってください。



※LINEによる申し込みができるのは、申込期間内です。申込期間であっても、予約が定員に達した場合は申込を締め切りますのでご了承ください。

※出産予定日によって、参加できる日程が決まっています。詳しくは表面をご確認ください。

