

10月

日	月	火	水	木	金	土
		1 戌	2 離乳食	3	4	5 安産学級1
6	7	8	9 マタニティヨガ	10	11 ママヨガ	12
13 戌	14 スポーツの日	15	16 食生活と 母乳のお話	17	18 安産学級2	19
20	21	22	23 マタニティヨガ	24	25 ママヨガ 安産学級3	26 戌
27	28	29	30	31		

11月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2 安産学級1
3 文化の日	4 振替休日	5	6 戌 離乳食	7	8 ママヨガ	9
10	11	12	13 マタニティヨガ	14	15 安産学級2	16
17	18 戌	19	20 食生活と 母乳のお話	21	22 ママヨガ 安産学級3	23 勤労感謝の日
24	25	26	27 マタニティヨガ	28	29	30 戌

12月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4 離乳食	5	6	7 安産学級1
8	9	10	11 マタニティヨガ	12 戌	13 ママヨガ	14
15	16	17	18 食生活と 母乳のお話	19	20 安産学級2	21
22	23	24 戌	25 マタニティヨガ	26	27 ママヨガ 安産学級3	28
29	30	31				

1月 (2025)

日	月	火	水	木	金	土
			1 元日	2	3	4 安産学級1
5 戌	6	7	8 マタニティヨガ	9 離乳食	10 ママヨガ	11
12	13 成人の日	14	15 食生活と 母乳のお話	16	17 戌 安産学級2	18
19	20	21	22 マタニティヨガ	23	24 ママヨガ 安産学級3	25
26	27	28	29 戌	30	31	

2月

日	月	火	水	木	金	土
						1 安産学級1
2	3	4	5 離乳食	6	7	8
9	10 戌	11 建国記念日	12 マタニティヨガ	13	14 ママヨガ 安産学級2	15
16	17	18	19 食生活と 母乳のお話	20	21 安産学級3	22 戌
23 天皇誕生日	24 振替休日	25	26 マタニティヨガ	27	28	29 ママヨガ

3月

日	月	火	水	木	金	土
						1 安産学級1
2	3	4	5 離乳食	6 戌	7	8
9	10	11	12 マタニティヨガ	13	14 ママヨガ 安産学級2	15
16	17	18 戌	19 食生活と 母乳のお話	20 春分の日	21 安産学級3	22
23	24	25	26 マタニティヨガ	27	28	29 ママヨガ
30 戌	31					

学級	時間	費用	持ち物
安産学級1 12~23週頃	各回とも 午後 1時間程度を 予定しております 詳細は 予約サイトにて ご確認ください	無料 託児 無料	すこやか 母子手帳
安産学級2 24~36週頃			
安産学級2 24~36週頃			

学級	時間	費用	持ち物
食生活と母乳 20週~	14:00~15:00	300円	すこやか 母子手帳
離乳食学級 生後4~5ヵ月	14:30~15:30	300円	すこやか・母子手帳 オムツ・着替え
マタニティヨガ	13:00~14:00	1000円 託児有料	3F券売機でヨガ券を ご購入ください
ママヨガ	10:00~11:00		

- *会場は5F多目的ホールです。
- *日程・時間は変更の可能性がありますので、予約サイトでご確認ください。
- *週数や月齢は目安ですので、来られるときにご参加ください。