



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也大歓迎です。
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 1～3 回（土曜日 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



- ※ 3 回のコースで行います。どの課からでも参加いただけます。1 回のみの参加でも構いません。
- ※ 3 課については、出産後の方も参加可能です（出産後 1 か月以内）。
- ※ 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 582-2082



令和7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(胎児)の成長 ・ 今日からできるカラダづくり など	4月26日(土) 6月28日(土) 8月9日(土) 10月4日(土) 11月22日(土) 1月31日(土)	4月2日～4月17日 6月4日～6月19日 7月16日～7月31日 9月10日～9月25日 10月29日～11月13日 1月7日～1月22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	5月31日(土) 7月12日(土) 8月23日(土) 10月18日(土) 12月20日(土) 2月14日(土)	4月25日～5月22日 6月18日～7月3日 7月30日～8月14日 9月24日～10月9日 11月26日～12月11日 1月21日～2月5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14日(土) 7月26日(土) 8月30日(土) 11月1日(土) 1月17日(土) 3月21日(土)	5月21日～6月5日 7月2日～7月17日 8月6日～8月21日 10月8日～10月23日 12月17日～1月8日 2月24日～3月12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13日(土) 3月14日(土)	8月20日～9月4日 2月13日～3月5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。

