

10月

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

11月

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

12月

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

1月 (2026)

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

2月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4 離乳食	5 戌	6	7 安産学級1
8	9	10	11	12	13 ママヨガ	14
15	16 おしゃべり会	17 戌	18 食生活 マタニティヨガ	19	20 安産学級2	21
22	23	24	25 マタニティヨガ	26	27 ママヨガ 安産学級3	28

3月

日	月	火	水	木	金	土
1 戌	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	13 戌 ママヨガ 安産学級2	14
15	16	17	18 食生活と母乳のお話	19	20	21
22	23 おしゃべり会	24	25 戌 マタニティヨガ	26	27 ママヨガ 安産学級3	28
29	30	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 予定しておりますが 詳細は 予約サイトにて ご確認ください	無料 託児 無料 要予約	すこやか 母子手帳
安産学級 2 24~36週頃			
安産学級 3 24~36週頃			

学級	時間	費用	持ち物
食生活と母乳 20週頃~	14:00 ~ 15:00	300円	すこやか 母子手帳
離乳食学級 生後4~5カ月	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 ママヨガ 子連れOK	13:00 ~ 14:00 10:00 ~ 11:00	1000円	3F券売機でヨーガ券を 購入しお持ちください
おしゃべり ランチ会	10:00 ~ 12:00	2500円	予約1週間前まで 1才おたんじょうび会

- * 会場は5F多目的ホールです。
- * 日程・時間は変更の場合がありますので、予約サイトでご確認ください。
- * 週数はめやすですので、来られる時にご参加ください。

