

出産前に不安や悩みの解決を！

ちょっとスペシャルな 妊婦さん講座

◆季節ごとの出産準備（衣類選び等）や過ごし方について◆

講師：宝塚市助産師会 藪内 悦子さん



【開催日程】

令和8年5月27日（水）締切日5/22（金）

9月30日（水）締切日9/25（金）

令和9年1月27日（水）締切日1/22（金）

※時間はいずれも14時から15時



◆妊娠期から離乳食を見越した「食事・栄養」について◆

各回5組10人
（先着順）

講師：管理栄養士 細川 美由紀さん



参加者が1組の場合は、
開催を見合わせます。

【開催日程】

令和8年 6月22日（月）締切日 6/17（水）

10月29日（木）締切日10/23（金）

令和9年 2月 8日（月）締切日 2/ 4（木）

※時間はいずれも14時から15時

参加費用 無 料

対 象 宝塚市内在住の妊婦さんとパートナー

場 所 プレミラ宝塚（宝塚市売布東の町12-8）

申込方法 宝塚市公式LINE「予約受付フォーム」または下記の
問い合わせ先へ



【問い合わせ先】宝塚市子ども家庭支援センター（プレミラ宝塚内）

Tel 0797-85-3862 Fax 0797-85-3886

※手話通訳・要約筆記をご希望される方は開催日の2週間前までに
Faxでも受付