

令和8年度

横浜市 オンライン母親・両親教室

参加費無料！

土曜日開催！！

妊婦さんとそのパートナーの皆さん等を対象に、妊娠中に必要な知識を学ぶことができるオンライン母親・両親教室を実施します。

また、双子ちゃん、三つ子ちゃんなど多胎妊婦さん向けの講座も実施します。

多胎児向けの
講座もあります！



助産師による
妊娠・出産・産後
のお話



ご自宅でインターネットを使い気軽に受講できます。

パートナーやご家族の方の参加も OK

パソコンでも

スマホでも



◦経産婦さんの参加也大歓迎です！

詳細は裏面へ

オンライン母親・両親教室

【時間】 AM 10:30~11:30 PM 1:00~2:00

【内容】 妊娠中の過ごし方・出産について、赤ちゃんとの生活、産後の心身の変化について等

<令和8年度>

※全て土曜日です

| 月 | 日 | AM | PM | 月 | 日 | AM | PM |
|-----|-----|----|----|-----|-----|----|----|
| 5月 | 30日 | ○ | ○ | 11月 | 21日 | ○ | ○ |
| 6月 | 20日 | ○ | ○ | 12月 | 19日 | ○ | ○ |
| 7月 | 18日 | ○ | ○ | 1月 | 16日 | ○ | ○ |
| 8月 | 15日 | ○ | ○ | 2月 | 20日 | ○ | ○ |
| 9月 | 19日 | ○ | ○ | 3月 | 20日 | ○ | ○ |
| 10月 | 17日 | ○ | ○ | | | | |
| | 31日 | ○ | ○ | | | | |

多胎編

【時間】 PM 3:00~4:00

【内容】 多胎児との生活、先輩多胎ママからの経験談

※全て土曜日です

| 令和8年度 | AM | PM |
|--------|----|----|
| 6月20日 | | ○ |
| 9月19日 | | ○ |
| 12月19日 | | ○ |
| 3月20日 | | ○ |

開催3日前の17時まで
にお申し込みください

〈講座の申込・お問合せ〉 一般社団法人 横浜市助産師会
TEL:045-374-5376 FAX:045-374-5379
ホームページ: <https://www.jo34.yokohama/>

※開催2日前までに ZOOM ミーティングコードを送付します。
※オンライン中の通信費は受講者のご負担となります。



↑申込はこちらから↑

横浜市では、区福祉保健センターでも両親教室を行っています。
各区の両親教室の情報などは右記二次元コードよりご確認ください。

