

体験型

# ★ 令和6年度 パパママクラス 予約案内について ★

下記内容をすべてご確認の上でご予約をお願いいたします。内容に不備がある場合には申込みをお受けできない場合がございます。

## 対象

甲府市民であり、妊娠12週以降の妊婦とご家族（大人1名）

## 場所

甲府市保健センター（甲府市健康支援センター内）

## 予約方法

- ★予約期間内に「こども育み予約サイト」でお申込みください。
- ★妊婦さんのアカウントをお持ちでない場合は、アカウントを新規登録してください。
- ★予約開始日の午前8時30分より受付を開始します。

- ・パパママクラスの予約はこちらから「こども育み予約サイト」
- ・アカウントの「ユーザーID」は必ず保管してください。



- ★キャンセル待ちをご希望される場合には、甲府市ホームページ内の「体験型♪パパママクラス」のページから「キャンセル待ち登録」をご確認ください。
- ◆「キャンセル待ち登録」へのアクセス方法◆  
⇒ネットでQ「甲府市体験型♪パパママクラス」を検索。  
甲府市ホームページ内  
自出産・育児>妊娠>体験型♪パパママクラス
- ★予約期間内はこども育み予約サイト内でキャンセルできます。予約期間外のキャンセルはお電話をください。
- ★その他、お問い合わせは母子保健課までご連絡ください。

## 時間割表

クラス・時間帯	受付時間	開始時間	終了時間	予約枠	
①・②	午前	9:30	9:45	11:15	①16組 ②12組
	午後	14:00	14:15	15:45	①16組 ②12組
③	午後	14:00	14:15	15:45	10組
	夜	18:00	18:15	19:45	10組
④	土曜	9:30	9:45	11:15	10組

## 持ち物

①～④ (共通)	<input type="checkbox"/> 母子健康手帳 <input type="checkbox"/> 筆記用具 <input type="checkbox"/> ひざ掛け、飲み物等、ご自身に必要なもの <small>（クラスは床に座ってのご参加となる場合があります。）</small>
①・③	<input type="checkbox"/> 子育てガイドブック <input type="checkbox"/> 母子健康手帳副読本 <input type="checkbox"/> 何が必要？どう選ぶ？ママと赤ちゃんのための用品 <input type="checkbox"/> 妊娠中から知っておきたい赤ちゃんとママのこと
③	<input type="checkbox"/> バスタオル

※母子健康手帳発行時にお渡ししている資料

## 感染対策について

### (1) クラス当日の確認事項

妊婦さんや同居のご家族の中に、37.5℃以上の発熱や風邪症状（咳、のどの痛み、鼻水等）、体のだるさ味覚・嗅覚の異常がある場合は、別日程での参加をお願いしておりますので、クラス当日に症状がある場合には母子保健課までご連絡ください。会場入り口にて、体調の確認と体温測定を実施させていただきますのであらかじめご了承ください。

### (2) クラス会場での確認事項

ご来場の際は、マスク着用・手指消毒等にご協力いただきますようお願いいたします。



## 日程

	令和6年									令和7年		
	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
①充実したマタニティライフを過ごすために	16 (火) 午前		18 (火) 午後		13 (火) 午前		31 (木) 午後		10 (火) 午前		3 (月) 午後	
予約期間	5～9		7～11		2～6		21～25	11/29～12/3		1/23～1/27		
②How to 母乳&食事		27 (月) 午後	14 (金) 午前	30 (火) 午前		30 (月) 午後		26 (火) 午前	16 (月) 午前	24 (金) 午前		4 (火) 午前
予約期間		16～20	3～7	19～23		19～23		15～19	5～9	14～18	2/21～2/25	
③Let's try! 産後の生活 毎月、午後と夜の2回	26 (金)	31 (金)	28 (金)	26 (金)	30 (金)	27 (金)	25 (金)	29 (金)	23 (月)	31 (金)	28 (金)	18 (火)
予約期間	15～19	20～24	17～21	16～20	19～23	17～21	15～19	18～22	12～16	20～24	17～21	7～11
④夫婦de協力どうする?育児		18 (土)		13 (土)		14 (土)		16 (土)		18 (土)		15 (土)
予約期間		7～11		2～6		3～7		5～9		7～11		4～8

問合せ先

甲府市役所母子保健課

☎055-237-8950

(土・日・祝日を除く8:30～17:15)