

令和7年度 すくすく赤ちゃんセミナー ～赤ちゃんとその家族の健康を学ぶ～ 日程表

初めて出産される方は妊娠編からの参加をお勧めしています。
※切迫流産・早産の診断や安静指示のある方は参加をご遠慮いただいております。個別でのご相談をご希望の方はお問い合わせください。

<日時>

【対象】	妊娠編				出産・育児編						
	妊娠 1 6 週から 2 5 週ごろ				妊娠 2 6 週から 3 3 週まで						
【開催時間】 () は受付時間	< 平日 >		<< 土曜日・日曜日 >>		○土曜日・日曜日は【9時30分～11時】（9時から9時20分） ○木曜日・金曜日は【14時～15時30分】（13時30分から13時50分）						
	【14時～15時30分】 (13時30分から13時50分)		【9時30分～11時】 (9時から9時20分)								
開催日	令和7年	4/ 3 (木)		令和7年	4/13 (日)	令和7年	4/ 3 (木)	3/ 3 (月)	令和7年	4/13 (日)	3/13 (木)
		5/22 (木)	5/10 (土)		5/25 (日)		5/22 (木)	4/22 (火)		5/10 (土)	4/10 (木)
		6/ 5 (木)			6/22 (日)		6/ 5 (木)	5/ 7 (水)		6/22 (日)	5/22 (木)
		7/17 (木)	7/ 5 (土)		7/27 (日)		7/17 (木)	6/17 (火)		7/ 5 (土)	6/ 5 (木)
		8/29 (金)			8/17 (日)		8/29 (金)	7/29 (火)		8/17 (日)	7/17 (木)
		9/ 4 (木)	9/20 (土)		9/28 (日)		9/ 4 (木)	8/ 4 (月)		9/20 (土)	8/20 (水)
		10/16 (木)			10/26 (日)		10/16 (木)	9/16 (火)		10/26 (日)	9/26 (金)
		11/ 6 (木)	11/15 (土)		11/30 (日)		11/ 6 (木)	10/ 6 (月)		11/15 (土)	10/15 (水)
		12/11 (木)			12/21 (日)		12/11 (木)	11/11 (火)		12/21 (日)	11/21 (金)
	令和8年	1/ 8 (木)	令和8年 1/24 (土)	令和8年 1/18 (日)	令和8年 1/ 8 (木)	12/ 8 (月)	令和8年 1/24 (土)	12/24 (水)	令和8年 1/18 (日)	12/18 (木)	
		2/19 (木)			2/ 8 (日)	2/19 (木)	1/19 (月)		2/ 8 (日)	1/ 8 (木)	
		3/12 (木)	3/ 7 (土)		3/22 (日)	3/12 (木)	2/12 (木)	3/ 7 (土)	2/ 7 (土)	3/22 (日)	2/22 (日)
	定員					定員:8組		定員:15組		定員:15組	
	予約・変更方法	 母子手帳アプリ母子モから、予約や変更をしてください。 ご利用はこちらの 二次元コードから 									
予約開始日	開催日の 5 か月前から				開催日の 1 か月前から (上記受付開始日を参考に申し込みください。定員になり次第、申し込みを締め切らせていただきます) ※定員に限りがありますので、市外の方の参加については定員に満たない場合のみ可能となります。ご了承ください。						
予約締切日	開催日の 1 週間前まで										
持ち物など	母子健康手帳・筆記用具 出産・育児編に参加される方はバスタオル・ハンカチ各 1 枚 ※冬のセミナーに参加される方は暖かい服装でいらしてください。										
会場	上越市福祉交流プラザ3階 住所：上越市寺町 2 丁目 2 0 番 1 号										



至 高田西小学校

上越市福祉交流プラザ 会場図

