

# マタニティライフに役立つ！ 産後すぐに実践できる！

お問合せ  
伊東市役所 子育て支援課  
0557(32)1582

## 令和8年度 プレママプレパパ教室

会 場		
伊東市健康福祉センター 2階 健康スタジオ (伊東市桜木町2丁目2番3号)		
日 程		時 間
令和8年	5月28日(木)	午前10:00～12:00 (受付9:45～10:00)
	7月4日(土)	
	9月30日(水)	午後13:30～15:30 (受付13:15～13:30)
令和9年	11月28日(土)	午前10:00～12:00 (受付9:45～10:00)
	1月31日(日)	
	3月7日(日)	

### BABY用品の展示 🍌

必要最低限のBABY用品  
を展示しています!!  
触れて、体験して。

### 妊婦さん同士の 情報交換♪

毎回好評のコーナー  
プレママ・パパともに  
楽しんでいますよ!!

### 産後すぐにできる 赤ちゃんのあやしかた 沐浴体験

赤ちゃんのお風呂の入れ方  
抱っこのコツを  
実践してみましょう!!

### 妊婦体験 生活がどう変化する？

妊娠中のココロとカラダに  
どんな変化が起こるかを学び、  
さらに！産後の生活を  
一緒にイメージしましょう☆

**※予約制 要申込み**  
各日、1週間前までにお申込みください。

※自家用車でお越しの場合は、  
建物3～5階が駐車場です。

(下記注意事項により、市から  
ご連絡差し上げることがあります。)  
※何度でもご参加いただけます。  
(内容は同じです)  
※ご家族の方も参加できます。

※公共交通機関を利用の場合は、  
伊東駅・南伊東駅から  
徒歩の場合 14分  
バスの場合 8分  
(最寄りのバス停は『桜木町』)が目安です。

伊東市 プレママプレパパ教室

検索

### 【注意】

天候の状況、また感染症等の流行により、教室の実施を中止する場合がありますので、ご協力をお願いします。  
詳細は、市のホームページをご覧ください。子育て支援課までお問合せください。

## 会 場

伊東市健康福祉センター 2階 健康スタジオ  
(伊東市桜木町2丁目2番3号)

## 日 程

## 時 間

令和8年

5月28日(木)

午前10:00~12:00

(受付9:45~10:00)

7月4日(土)

9月30日(水)

午後13:30~15:30

(受付13:15~13:30)

11月28日(土)

午前10:00~12:00

(受付9:45~10:00)

令和9年

1月31日(日)

3月7日(日)