**令和7年度　ハローベビークラブ日程**

| 内　　　容 | R7.8-10月予定日の方 | R7.11-R8.1月予定日の方 | R8.2-4月予定日の方 | R8.5-7月予定日の方 |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| １日目 | ＊赤ちゃんのお風呂の入れ方＊赤ちゃんのお世話の仕方 | 5/22（木） | 8/21（木） | 11/20（木） | 2/12（木） |
| **【場所】子育て支援センターどんぐり** |
| ２日目 | ＊妊娠中の栄養のポイントについて＊夫婦のコミュニケーション、２人でマタニティストレッチ | 5/29（木） | 8/28（木） | 11/27（木） | 2/19（木） |
| **【場所】網走市保健センター（網走市役所２階）** |
| ３日目 | 　＊妊婦体験＊妊娠中の歯の健康・赤ちゃんのお口の健康について＊お産の仕組み・入院中の生活について | 6/5（木） | 9/4（木） | 12/4（木） | 2/26（木） |
| **【場所】網走市保健センター（網走市役所２階）** |
| 申し込み期間 | 4/1-5/9 | 7/1-8/8 | 10/1-11/7 | 1/5-23 |