

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

会場名：上越市福祉交流プラザ3階　住所：上越市寺町2丁目20番1号

＜日時＞	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														
	妊娠編				出産・育児編										
【対象】	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）	5/25（日）	4/25（金）			
		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）	7/27（日）	6/27（金）			
		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）	9/28（日）	8/28（木）			
		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）	11/30（日）	10/30（木）			
		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/ 9（月）		3/22（日）	2/24（火）
定員					定員：8組			定員：15組			定員：15組				
申し込みについて	☆要予約：開催日の1週間前までにお申し込みください。 ※市外の方も参加できます。 開催日の1週間前までにご連絡ください。				☆要予約：開催日の約1か月前から申込みを開始します。（上記の受付開始日を参考にしてください） 定員になり次第、申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。										
	【申込み先】 上越市 こども家庭センター 電話：025－520－5843（直通）														
持ち物など	母子健康手帳・父子手帳・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。														

