

令和7年度 ベビー教室日程表

	2025年					2026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
ようこそあかちゃん (0～4 か月) 10:00～11:00 (受付) 9:45 □ちっちゃいとしゃかん とどけ～る□	—	21日(水) 貸し出し	—	30日(水) 貸し出し	—	26日(金) リサイクル	—	26日(水) 貸し出し	—	26日(月) 貸し出し	—	10日(火) リサイクル
セルフケア体操 (妊婦・0～6 か月) 10:00～11:00 (受付) 9:45	25日(金)	8日(木) 19日(月)	5日(木) 6日(金)	4日(金) 7日(月)	4日(月)	4日(木) 5日(金)	3日(金) 20日(月)	7日(金) 10日(月)	4日(木) 5日(金)	8日(木) 9日(金)	5日(木) 6日(金)	2日(月)
ねんねの時期の ベビーマッサージ (0～6 か月) 10:00～11:00 (受付) 9:45	30日(水)	9日(金) 16日(金)	13日(金) 16日(月)	15日(火) 18日(金)	22日(金) 25日(月)	12日(金) 16日(火)	6日(月) 21日(火)	18日(火) 19日(水)	15日(月) 24日(水)	16日(金) 19日(月)	16日(月) 17日(火)	13日(金) 16日(月)
動き出してから のベビーマッサージ (7～12 か月) 10:00～11:00 (受付) 9:45	—	—	27日(金)	—	29日(金)	—	29日(水)	—	12日(金)	—	27日(金)	—
作ってみよう離乳食 (5～8 か月) 10:00～12:00 (受付) 9:45	17日(木)	28日(水)	10日(火)	11日(金)	8日(金)	11日(木)	24日(金)	21日(金)	10日(水)	20日(火)	25日(水)	11日(水)
楽しく食べよう離乳食 (9～12 か月) 10:00～12:00 (受付) 9:45	—	—	18日(水)	—	—	19日(金)	—	—	11日(木)	—	—	12日(木)

* 電話予約制です。

* 教室内容および日程は都合により変更になることがあります。

* 教室のほかに個別相談も実施しています。

【問合せ・申し込み先】

北杜市役所 ネウボラ推進課(北杜市保健センター)

TEL: 0551-42-1401

裏面もご覧ください

令和7年度 ベビー教室・相談室

ようこそあかちゃん (0~4か月)

育児中の嬉しいこと、悩んでいること、
みんなでお話ししましょう。
スリングの使い方などを助産師がお話しします。
バスタオル、母子健康手帳をお持ちください。

New

ちっちゃいとしょかん とどけ〜る

北杜市図書館が、貸出し&ブックリサイクルなどの
出張サービスを行います。(図書館コラボ事業)

セルフケア体操 (妊婦・0~6か月)

愛育班員さん
による託児あり！

保護者も体を動かして、スッキリしませんか。

大人の飲み物と赤ちゃん用のバスタオル、
母子健康手帳をお持ちください。

※ 妊娠中の方は安定期に入ってからご参加ください。

ねんねの時期のベビーマッサージ (0~6か月)

親子の触れ合いの時間です。
赤ちゃんにマッサージをしてみましょう。
バスタオル、母子健康手帳をお持ちください。

動き出してからのベビーマッサージ (7~12か月)

短時間のマッサージと、子育て中のパパママに知って
おいてほしいこととお話しします。

バスタオル、母子健康手帳をお持ちください。

作ってみよう離乳食 (5~8か月)

離乳食の役割や、いろいろな作り方を知しましょう。

当日は離乳食をあげながら大人も一緒に
簡単な昼食をとります。

大人用エプロン、ハンカチ、抱っこ紐(おんぶ紐)、赤ち
ゃんの食事用エプロンをお持ちください。

※ 4 か月児健診受診後の参加をおすすめしています。

※ 食材準備のため、実施日の2日前までにご予約ください。

楽しく食べよう離乳食 (9~12か月)

家族と一緒に食事を楽しむために、
大人の料理から離乳食を取り分けて作ります。

当日は親子で一緒に昼食をとります。

大人用エプロン、ハンカチ、抱っこ紐(おんぶ紐)、赤ち
ゃんの食事用エプロンをお持ちください。

※ 食材準備のため、実施日の2日前までにご予約ください。

ママのみ、パパのみ、
両親での参加も大歓迎！
ご予約お待ちしております。



*すべての教室で身長と体重の測定ができます。

*教室終了後に赤ちゃんの発育・発達、母乳保育やミルクの量等の個別相談もできます。お気軽にお声がけください。

*対面や電話での相談が難しい方に対して、オンラインでの相談も実施しています。申し込み方法や注意事項は

市ホームページをご確認ください。

子育て情報サイトやまねっと 妊娠出産支援事業→



【問い合わせ・申し込み先】
北杜市役所 ネウボラ推進課
(北杜市保健センター)
TEL:0551-42-1401