

プレパパママ教室(土曜日コース) 母子保健班

初めてお父さん、お母さんになる人の教室です。妊娠・出産・育児の知識を勉強するだけでなく、お友達をつくる良い機会になります。ぜひご参加ください。

日時 10月4日(土) 9:00～11:30

場所 すこやかセンター3階

内容 ○妊娠中の生活
○ママと赤ちゃんのお口の手入れ&栄養
○お風呂の入れ方
○妊婦体験(パパ)

対象 令和8年1・2・3月出産予定の初めて赤ちゃんを迎えるパパ・ママ

定員 先着8組

費用 250円(テキスト代)

持ち物 母子手帳

申込み 9月24日(水)までに電話予約



生活習慣の見直しに！ 医療講演会

成人保健班

各回無料で参加できます。

ぜひ生活習慣の見直しにお役立てください。

①糖尿病予防講演会

テーマ 「あなたの血糖値・HbA1c 大丈夫ですか？
透析予防のために今できること」

日時 9月27日(土) 10:00～12:00(受付9:30～)

講師 須田 博之 さん
(成田赤十字病院 糖尿病・内分泌代謝内科)

②脂質異常症予防講演会

テーマ 「知っていますか？脂質異常症：中性脂肪・コレステロールを学ぼう」

日時 10月11日(土) 10:00～12:00(受付9:30～)

講師 橘 香穂里 さん
(成田赤十字病院 糖尿病・内分泌代謝内科部長)

③慢性腎臓病(CKD) 予防講演会

テーマ 「必見！今日からできるCKD 予防：減塩の大切さ」

日時 10月25日(土) 9:30～12:00(受付9:00～)

講師 平井 愛山 さん
(千葉県循環器病センター 総合診療内科)

【①～③共通】

申込み 窓口または電話で申込み

場所 すこやかセンター2階

定員 各回40人



プレパパママ教室(平日コース) (全4回)

母子保健班

日時・内容 4回で1コース

- ①10月2日(木) 9:30～11:30
オリエンテーション・妊娠中の生活・
ママと赤ちゃんのお口の手入れ&栄養
- ②10月9日(木) 9:30～11:30
出産経過の話・妊婦向け料理の試食(1食分)・
リラックスしよう！マタニティヨガ
- ③10月16日(木) 9:30～11:30
お風呂の入れ方・妊婦体験(パパ)・
おっぱいとミルクの話
- ④10月23日(木) 9:30～11:30
産後の生活・子育て支援センターの紹介

場所 ①・②・③：すこやかセンター3階

④：葉山キッズ・ランド

対象 令和8年1・2・3月出産予定の初めて赤ちゃんを迎えるパパ・ママ

定員 先着8組

費用 250円(テキスト代)、第2回：500円(試食代)

持ち物 母子手帳

申込み 9月22日(月)までに電話予約

献血 in 市役所

感染症予防班

輸血用の血液が、千葉県内で大変不足しています。医療に必要な血液は、人工的につくることができず献血に頼っています。尊い命を救うため、献血にご協力をお願いします。

日時 9月24日(水)

①10:00～11:45 ②13:00～16:00

場所 すこやかセンター1階ロビー



成田赤十字病院 公開健康講座

日時 9月28日(日) 14:00～15:30

場所 成田赤十字病院アメニティ棟2階大会議室
＜成田市飯田町90番地1＞

テーマ 「放っておいて大丈夫？その血糖値
～今からできる糖尿病予防の第一歩～」

講師 橘 香穂里 さん
(成田赤十字病院 糖尿病・内分泌代謝内科部長)

定員 80人

費用 無料

申込み 成田赤十字病院社会課に電話で予約(☎(22)2311)
または成田赤十字病院のホームページで受付

※詳しくは成田赤十字病院社会課に問い合わせてください。

