

令和7年度ウェルカムベビー講座の概要（旧 母親学級・両親学級）

	コース名		コース概要	対 象			受講時期	内 容				土日 開催	オンライン	申込
				妊婦	夫・ パートナー	祖父母		助産師等 講義	沐浴等 実習	妊婦 疑似体験	サービス 紹介			
基本 コース （ひと つつ選 択）	対面コース	ペアコース	妊婦とパートナー・家族を対象とした2時間の講座、講義のほか沐浴等の実習を体験できます。板橋・赤塚・志村健康福祉センターで開催します。初産婦優先になります。	○ 初産婦優先	○	○	妊娠16週0日 ～36週6日	○	○	○	○	○	—	必要
		ママコース	妊婦ひとりで参加できるコースです。2時間の講座で、講義のほか沐浴等の実習を体験できます。板橋・赤塚・志村健康福祉センターで開催します。	○ 初産婦優先	—	—	妊娠16週0日 ～36週6日	○	○	—	○	○	—	必要
	オンラインコース （ライブ配信）		自宅、入院先、里帰り先などでも受講でき、経産婦や祖父母も受講しやすいコースです。沐浴等実技は説明のみになります。ライブ配信のため、質疑応答も行います。	○	○	○	妊娠週数 制限なし	○	○ 説明のみ	—	○	○	○	必要
オプ シ ョ ン コ ー ス （複 数 選 択 可）	録画配信コース		オンラインコースの講義内容を録画配信するコースです。対面コースやオンラインコースと併用申込も可能です。視聴期間は、毎月1日から15日の2週間で、期間中何度でも視聴できます。経産婦や祖父母も視聴できます。	○	○	○	妊娠週数 制限なし	○	○ 説明のみ	—	○	—	○	必要
	妊婦とパートナー・家族への おすすめコンテンツ		健康福祉センターが作成した妊娠中におすすめの動画等を紹介しています。興味関心のあるところを自由に選択し、繰り返しご覧いただけます。ひととおり視聴すると、基本コース同様の知識を得ることができます。	○	○	○	妊娠週数 制限なし	○ 助産師講義 と同内容の 動画あり	○ 説明のみ	○ 自宅でできる 方法の案 内あり	—	—	○	不要
	プレパパセミナー		はじめて赤ちゃんを迎えるパパ専門の講座で、育児を楽しむマインドとスキル、知識を学びます。赤ちゃん人形を使った実習もあります。年3回開催の単発セミナーです。	—	○	—	妊娠週数 制限なし	パパ向け 講義	パパ向け 実習	—	○	○ 土曜午前	—	必要