



2026年度

# 妊婦さんと

# 0~4か月赤ちゃんの会

**事前予約制**

ラフル、ラフルサテライトは  
妊娠期からの子育てを応援しています。  
赤ちゃんが生まれる前と生まれた後で生活はどう変わる？  
生まれる前にどんな準備をする？  
パパママになった気持ちなど  
おしゃべりしながら情報交換しませんか。

赤ちゃんのことやママの身体のこと  
母子保健コーディネーターに相談できます。  
横浜子育てパートナーから産前産後に活用できる制度も  
紹介します。

★第二子以降出産の人も夫婦での参加も大歓迎です★

母子保健コーディネーターも参加します。  
助産師・看護師などの資格を持つ人で、  
妊娠初期から産後にかけて  
区役所でさまざまな相談に  
乗ってくれます。



## 開催日時

4月16日(木)      6月18日(木)  
8月20日(木)      10月15日(木)      14:00~14:30  
12月17日(木)      2月18日(木)

## 対象

青葉区在住の妊婦・生後4か月までの子どもがいる家族

## 申込

☎045-979-1360  
またはラフルHP・横浜市地域子育て支援拠点サイト  
から申込みください。

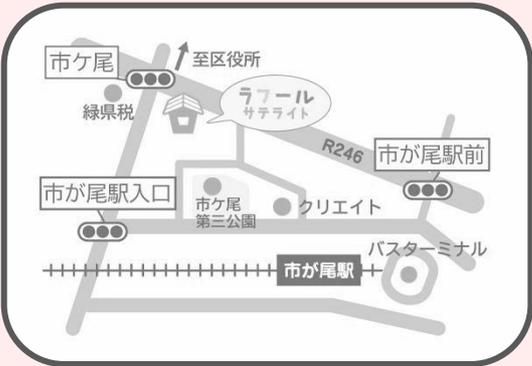
## 定員

6組

ラフルHP



妊娠中は体調が不安定な場合があります。  
母子健康手帳と緊急連絡先をお持ちの上、  
妊娠35週までを目途に無理のないように  
参加してください。



青葉区地域子育て支援拠点  
ラフルサテライト  
(市ケ尾)  
〒225-0024  
横浜市青葉区市ケ尾1152-25 1階  
☎045-979-1360  
10:00~16:00(火~土)  
ホームページ  
<https://lafull.net>



青葉区地域子育て支援拠点ラフルは、青葉区の委託を受けて特定非営利活動法人ワーカーズ・コレクティブパレットが、区との協働で運営しています。