

# 令和4年度 育児講座

## 公民館で仲間をつくろう

- [日時] ①5/26 ②6/2 ③6/9 ④6/16 ⑤6/23  
各木曜日 全5回 午前10時～11時30分
- [場所] 実花公民館
- [対象] 6～12か月の乳児のいる親子7組
- [参加費] 無料
- [申込み] 4/16(土) 午前9時から、5/17(火)まで。  
お電話にてお申し込みください



※お申込みは、ご本人、または、ご家族に限らせていただきます。

☎047-477-8899 (月曜休館) ※先着順、定員になり次第締め切ります。

回	期日	内容	講師
1	5/26	開講式・自己紹介	公民館長・担当職員
		ベビーとママのストレス解消 ふれあいストレッチ	エクササイズインストラクター 田中 明子氏
2	6/2	抱っこ紐の正しい装着方法& コミュニケーションエクササイズ	日本ベビーダンス協会認定 インストラクター 堀川 洋子氏
3	6/9	乳児の栄養・離乳食・歯のおはなし	健康支援課 管理栄養士 歯科衛生士
4	6/16	お母さんの産後ケア こころとからだを回復しよう	(社)千葉県助産師会 鶴岡 利江子氏
5	6/23	閉講式	公民館長・担当職員
		リーディング♪音楽と絵本の世界	成瀬 康子氏

【持ち物】筆記用具、赤ちゃんに必要なもの

★第1回目 バスタオル・飲み物

★第2回目 子ども用体温計・飲み物・汗拭きタオル・使い慣れた抱っこ紐（スリング可）  
バスタオル

※1回目、2回目共に、動きやすい服装でおいでください。

プリントの裏もご覧ください。

## 《新型コロナウイルス感染症に関するお願い》

- ①お申込み時にお聴きする情報につきましては、館内で新型コロナウイルスが発生した際に、保健所へお伝えすることがあります。ご了承ください。
- ②館内ではマスク着用をお願いします。
- ③講座の前に検温を行います。
- ④体調が悪い(発熱・のどの痛み・倦怠感など)ときは、お休みしてください。その際は実花公民館までご連絡ください。
- ⑤新型コロナウイルス感染拡大により、講座が中止・変更になる場合があります。その際はお申込みいただいたお電話番号へ、遅くとも前日の17時までにお電話させていただきます。
- ⑥館内では、水分補給を除く飲食はできません。

## 《講座に関するお願い》

実花公民館では「事業レポート」をホームページ上で公開しております。

写真を選別し、お顔が判別できない写真のみを使用いたしますが、掲載を希望されない方は、講座にお申込みされる際にお申し出ください。


実花公民館 指定管理者(株)オーエンス

TEL 047-477-8899

FAX 047-477-6357



左のQRコードから実花公民館公式ホームページが読み込めます。

 @mihanakominkan

Twitterでも情報発信中!