

令和5年度 育児講座

公民館で仲間をつくろう

- [日 時] ①5/25 ②6/1 ③6/8 ④6/22 ⑤6/29
 各木曜日(6月15日 県民の日を除く)
 全5回 午前10時～11時30分
- [場 所] 実花公民館 児童室
- [対 象] 6～12か月の乳児のいる親子7組
- [参加費] 無料
- [申込み] 4/18(火) 午前9時から、5/16(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	5/25	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	6/1	抱っこ紐の上手な着け方&わくわくエクササイズ	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	6/8	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	6/22	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	6/29	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(オムツなど)

★第1回目 バスタオル・飲み物

★第2回目 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。

※講座の様子を、館報や事業レポートとして実花公民館 HP に掲載いたします。

その際、お顔がはっきり写っていない写真を掲載することがございます。

掲載をご希望されない場合はお申し出ください。