

令和6年度 育児講座

公民館で仲間をつくろう

【日時】 ①9/3 ②9/10 ③9/17 ④9/24 ⑤10/1
各火曜日 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】 7/16(火) 午前9時から、8/27(火)まで。

お電話にてお申し込みください

☎047-477-8899 (月曜休館)



※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。

※市内在住・在学・在勤者優先

※先着順、定員になり次第締め切ります。

回	期日	内容	講師
1	9/3	開講式・自己紹介	公民館長・担当職員
		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
2	9/10	乳児期の発達・離乳食・事故予防・お母さんの健康	健康支援課 保健師 管理栄養士
3	9/17	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
4	9/24	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
5	10/1	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 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

★第4回目 バスタオル・飲み物

※1回目、4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。