

令和8年度

第一子赤ちゃん対象

育児講座

参加無料
予約制



利用者登録および
Web 予約はこちら



MIBU_NIKONIKO



HPIはこちら

【対象】参加時点で未就園の0歳(第一子)と保護者 【定員】:各回8組程度
【予約方法】Web 予約(右のQRコードからまずは利用者登録をお願いします。)
【予約受付】各回、開催日の2か月前から受付開始します。

初めての育児は
分からないことばかり。
専門の講師に聞いたり
ママ同士でおしゃべりしたりして
リフレッシュをしませんか？

5/13(水) 11/11(水) 10:00~11:30 会場:中津西集会所	ママのための骨盤ケア 「産後、自分の体をケアする時間がない」 「夜中に何度も起きて、疲れが取れない」 「おっぱいの量は足りてるの？」そんな悩みについて、助産師さんとお話しましょう。 肩の力を抜いて子育てを楽しむためのコツが満載の講座です。
6/10(水) 12/9(水) 10:00~11:30 会場:味生保育園分室	離乳食講座 保育・幼稚園課の栄養士さんに離乳食の進め方について教えていただきます。 離乳食展示や試食で、量の目安や形状を確認することもできます。 離乳食を始める前の参加もおすすめです。
7/8(水) R9.1/13(水) 10:00~11:30 会場:中津西集会所	保健師さんに聞いてみよう！ ～赤ちゃんの健康～ 「熱が出たらどうするの?」「季節に合った服装や寝具を知りたい」「スキンケア方法を教えて」など赤ちゃんの健康に関することや、からだの発達の目安などを すすく支援課の保健師さんに聞いてみましょう。身長・体重計測もできます。 ◆ 着脱しやすい服装で参加しましょう。バスタオル・
8/26(水) 10:00~11:30 会場:中津西集会所	おはなし大好き 「どんな絵本を選んだらいいかわからない」「どうやって読んであげたらいいの?」 絵本専門士さんに、月齢に応じたおすすめ絵本や 読み聞かせの効果についてお話をしてもらい絵本の魅力に触れましょう。 また、市販の絵本にひと手間加えてオリジナル絵本作りもしましょう。 ◆ 持ち物:好きな絵本1冊・赤ちゃんの写真1枚
R9.2/10(水) 10:00~11:30 会場:中津西集会所	抱っこでダンス 抱っこ紐で赤ちゃんを抱っこして音楽に合わせて体を動かします。 ママはウキウキ♪赤ちゃんはリラックスすること間違いなし! ◆ 持ち物:普段使っている抱っこ紐・水筒

お問い合わせ

味生保育園 地域子育て支援センター

☎089(951)2030 【月~金:8:30~16:00】