

4月の子育て講座

親子つどいの広場みなみ野

042-683-0078

4月1日の申し込みはお電話と広場でも予約できます。

4月1日午前9時半から受付開始、各講座定員になり次第締め切りとなります。

| 講座名 | 定員 | 日時 | 対象 | 内容 |
|--|----|-----------------------|-----------------------|---|
| ちょこっと家計相談 担当:小林千里さん | なし | 10日(木) 13:30~14:30 | 乳幼児の 保護者 | 気になるお金のこと、 ファイナンシャルプランナーにちょこっと相談できます。 お気軽にお越しください。 <u>予約の必要はありません。</u> |
| 骨盤体操 担当:土手口明子さん | 8組 | 14日(月) 13:30~14:10 | 乳幼児の 保護者 | 子育てに夢中で自分の体のことをいたわる時間がなかなか取れないママたち。骨盤体操でしっかりメンテナンス。 動きやすい服装と水分補給を用意してください。 |
| ママヨガ 担当:北川絢子助産師 | 8組 | 15日(火) 10:30~11:30 | 妊婦さんと 乳幼児の 保護者 | 妊婦さんも産後のママもどうぞご参加ください。妊婦さんは16週以降の安定してる方ならどなたでもご参加できます。動きやすい服装と水分をご用意ください。 |
| 抱っことおんぶのお話し 担当:塩飽季恵助産師 | 5組 | 15日(火) 14:30~15:30 | 乳幼児と その保護者 | ママやパパと赤ちゃんが快適で安全な抱っこやおんぶ♪できていますか。良い姿勢のポイントを知って、赤ちゃんの発達を促しましょう！ベビーラップもご紹介します。 お持ちの抱っこひもをお持ちください。一緒にポイントを確認しましょう。妊婦さんどうぞ！ |
| わんぱく広場あそぼうの会 担当:NPO法人かたつむり | なし | 16日(水) 10:00~11:30 | 乳幼児と その保護者 | かたつむりの発達支援員や保育士が丁寧に遊びをリードしていただきます。普段広場ではない遊具もたくさん持って来てくれます！発達のご相談もできますので、普段気になっていることを聞いちゃいましょう！ |
| ベビーマッサージ 担当:北川絢子助産師 | 6組 | 17日(木) 10:30~11:30 | 2~10か月位 | 費用:200円(オイル代) 持ち物:バスタオル1枚、タオル2枚 助産師によるベビーマッサージです。赤ちゃん和妈妈のゆっくりとした時間を過ごしましょう。予防接種後1~2日経過してから参加してね。 |
| 『集まれ猫背さん！ 産後からの猫背姿勢 やわらげていきましょう』 担当:おかいみほさん | 6組 | 19日(土) 10:30~11:30 | 乳幼児と その保護者 | 産後から猫背姿勢がなかなか変わらない…そんなお悩みありませんか？身体の仕組みや、自分でできる運動もお伝えします！ |
| 聴かせてママの気持ち 担当:廣瀬妙子さん | なし | 21日(月) 13:30~14:30 | 乳幼児と その保護者 | AP(Active Parenting)ジャパントレーナーがお話を聞いてくれますよ 育児のことはもちろん、夫婦間の悩みや人間関係などなど。お話ししてスッキリしちゃいませよ！出入り自由のおしゃべり会です。 <u>予約の必要はありません。</u> |
| 歯医者さんと話そう！ | 8組 | 24日(木) 10:30~11:30 | 乳幼児と その保護者 | “ななくに歯科”の深沢先生がお話に来てくれます。 子どもの歯のことはもちろん♡子育てのことも相談しちゃいしょ！ きっとヒントになるお話が聞けますよ！ |
| 沐浴、赤ちゃん抱っこ体験 担当:金杉知美助産師 | 2組 | 26日(土) 10:30~11:30 | プレ ママパパさんと その家族 | ここでは、人形を使ってスキンケアとして良いとされているアウトバスタ法を行います。沐浴のほかにもご相談ありましたらどうぞ。 <u>2組限定となっておりますのでご予約はお早めに！</u> |
| アロマスプレーを作ろう！ 担当:沼田千加子さん | 8組 | 28日(月) 10:30~11:30 | 乳幼児と その保護者 | アロマオイルを使って赤ちゃんにも優しいアロマスプレーを作ります。オイルをブレンドしたレシピを紹介してくれるのでその日の気分にあったアロマスプレーを作ってね。材料費:300円(容器代含) |

19日(土)11:30~12:30

『公認心理師ひとみさんとおしゃべりしよう！』

公認心理師の宇多仁美さんがお子さんの発達やママやパパ自身の不安、夫婦関係などお困りごとに寄り添いお話を聴いてくれます。

予約の必要はありません。



25日(金)11:00~12:00

『たんぼぼ合唱部』



“音楽が大好き” “歌うのは得意じゃないけど歌ってみたい” “歌えるかわからないけど興味ある”どんな方でも参加OKです！

みんなで楽しく歌うと不思議と気持ちもスッキリします。毎日の大変な育児の中でも、楽しいひと時を過ごしに来てください。当日は、たんぼぼの輪おんがく隊が全面サポートいたします♡予約の必要はありません。

お勧め！