

フレママ・フレパパ講座

のんびりんこで沐浴体験

★2020年度 開催スケジュール★ いずれも ~~13:00~14:30~~ → **13:30~15:00**

第1回目 5月16日(土) [受付開始: 4月14日(火)~]	第2回目 7月18日(土) [受付開始: 6月16日(火)~]	第3回目 9月19日(土) [受付開始: 8月18日(火)~]
第4回目 11月21日(土) [受付開始: 10月20日(火)~]	第5回目 2021年 1月16日(土) [受付開始: 12月15日(火)~]	第5回目 2021年 3月13日(土) [受付開始: 2月9日(火)~]

※受付・開場は開催時間の30分前となります。

※予定が急きょ変更する場合があります。ホームページで最新情報をご確認ください。

時間と定員が
変更になっています

【会場】 横浜市中区地域子育て支援拠点 のんびりんこ 多目的研修室

【対象】 これからパパ・ママになる中区在住の方 ※妊娠20週以上の方 ~~40~~→**5**組程度

【申込】 電話での先着受付 ※各回とも受付開始日10:00~ 受付け開始

【内容】 <プログラム>

- ①受付・オリエンテーション・自己紹介
- ②のんびりんこの紹介
- ③沐浴手順の説明・デモンストレーション
- ④沐浴体験
- ⑤質疑応答

※内容は予告なく変更になる場合があります。



【持ち物】 筆記用具、ハンカチ、資料を入れる袋または鞆

【予約・申し込み先】

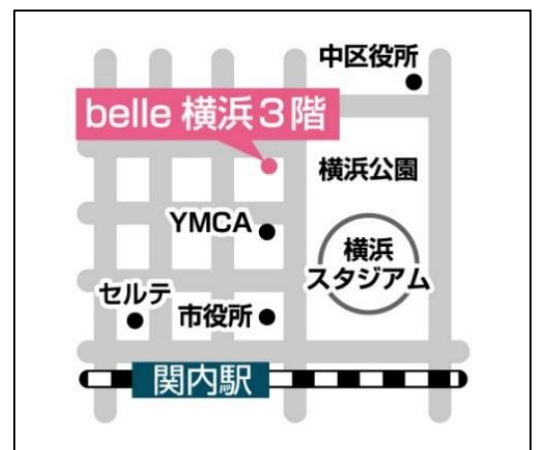
横浜市中区地域子育て支援拠点 のんびりんこ

(火~土 10:00~16:00)

住所: 横浜市中区住吉町 1-12-1 belle 横浜 3階

TEL&FAX: 045-663-9715

URL: <http://www.nonbirinco.com/>



のんびりんこって?

のんびりんこは横浜市中区地域子育て支援拠点です。

- ※地域子育て支援拠点は、就学前の子どもとその保護者が遊び、交流するスペースの提供、子育て相談、子育て情報の提供などを行う子育て支援の拠点で、利用登録のうえ、無料で利用いただける施設です。妊娠期中の方も利用可能です。

主催: 横浜市中区地域子育て支援拠点 のんびりんこ

(公益財団法人 横浜 YMCA 受託運営施設)


 フレママ・フレパパ講座


のんびりんこ たまごの会

様々な子育ての知識を学びつつ、安心して出産、子育てを迎えられるようのんびりんこで交流や情報交換をしませんか？

是非のんびりんこへ足を運んでください。お待ちしております♪

日程が合わない方は、普段のひろばでも妊娠中の疑問や出産後の事など専門家(助産師・保育士・栄養士・カウンセラー)に相談も出来ます。



	日時	テーマ	内容
①	4月11日(土) 14:00~15:00	パパの座談会	出産後の赤ちゃんのいる生活って?どう子育てに関わっていけばいい?いろいろな疑問について先輩パパを囲んでお話ししましょう。ママも一緒にご参加ください。
②	6月30日(火) 10:30~11:30	保育園の話&座談会	復職に向けて保育園の選び方や見学のポイント、保育園の実際の生活について、保育園の先生を交えてお話をしましょう。
③	8月27日(木) 14:00~15:00	抱っこの仕方&産前産後のおっぱいケアと授乳について	赤ちゃんの抱っこや授乳(ミルク・母乳)、赤ちゃんのお世話の仕方など、母子保健コーディネーターさんを交えて学びましょう。
④	10月29日(木) 14:00~15:00	おもちゃや子育て用品の選び方	子育て用品(ベビーカーや抱っこ紐など)や赤ちゃんのおもちゃってどんな物が良いの?実際の子育て用品を見ながらお話ししましょう。
⑤	12月5日(土) 14:00~15:00	パパの座談会	出産後の赤ちゃんのいる生活って?どう子育てに関わっていけばいい?いろいろな疑問について先輩パパを囲んでお話ししましょう。ママも一緒にご参加ください。
⑥	2月4日(木) 14:00~15:00	産前産後の生活と食事(栄養)について	赤ちゃんを元気に産んで育てるためにママの体調管理はとっても大切。生活の事、栄養の事、赤ちゃんの離乳食についてもプチ情報が得られますよ。

各回、開催日の2週間前から予約を開始します。ご予約の上、ご参加ください。

オムツ替えとミルク作りは、各回体験が出来ます。

赤ちゃんを迎えるにあたってさまざまな疑問や悩みについて、ゆるやかな雰囲気の中で解消していきましょう。

