



# のんびりんこで沐浴体験

これから出産を迎えるママ・パパを対象に赤ちゃんのお風呂の入れ方を学びます。実際に沐浴の体験も出来ます。少人数での実施となりますので、分からないことなど、気軽に相談も出来ますよ。この機会にぜひご参加ください。

日時	毎月第3土曜日 13:00~14:30 (開場 12:45~) 4/20・5/18・6/15・7/20・8/17・9/21・10/19・11/16・12/21 2025 1/18・2/15・3/15
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
定員	毎回6組程度 (先着順)
会場	中区地域子育て支援拠点のんびりんこ 研修室 (下記地図参照)
申込み	各回 前月の同日 (休館日の場合は翌開館日) から電話にて受付開始 TEL 045-663-9715
当日の持ち物	筆記用具・資料を入れる袋または鞆・手拭きタオル・水分補給用の飲み物



※予定が急遽変更する場合があります。ホームページにて最新の情報をご確認ください。

## 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す。利用登録のうえ、無料でご利用いただけます。妊娠期中からご利用できます。



お問い合わせ：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)

〒231-0031 横浜市中区住吉町1-12-1 belle 横浜3階

TEL&FAX 045-663-9715

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

ホームページはこちら➡





# プレママ・プレパパ講座

## のんびりんこ たまごの会



安心して出産、子育てを迎えられるよう、様々なテーマで子育ての知識を学び、疑問や不安を解消していきましょう。  
オムツ替えやミルク作りの体験もできます。  
ぜひご参加ください。



**開催日の2週間前から予約を開始します。（定員6組）ご予約の上ご参加ください。**

	日時	テーマ	内容
①	5月25日（土） 13:30～15:00	先輩ママ・パパに 聞いてみよう	出産前後の生活の様子や子育ての実際、育児グッズ、仕事と子育ての両立について、先輩ママ・パパから経験談を聞いてみましょう
②	7月27日（土） 13:30～15:00	産後のママの身体と 赤ちゃんとの生活	出産後のママの身体の変化や授乳、赤ちゃんとの生活（お世話の仕方、生活リズムなど）について助産師さんから聞いてみましょう
③	9月26日（木） 13:30～15:00	出産準備に関わるお話	妊娠中、分娩、産後、それぞれの場面で必要な物品や心構えについて、母子保健コーディネーターさんから聞いてみましょう
④	11月30日（土） 13:30～15:00	先輩ママ・パパに 聞いてみよう	出産前後の生活の様子や子育ての実際、育児グッズ、仕事と子育ての両立について、先輩ママ・パパから経験談を聞いてみましょう
⑤	1月25日（土） 13:30～15:00	産後のママの身体と 赤ちゃんとの生活	出産後のママの身体の変化や授乳、赤ちゃんとの生活（お世話の仕方、生活リズムなど）について助産師さんから聞いてみましょう
⑥	3月27日（木） 13:30～15:00	出産準備に関わるお話	妊娠中、分娩、産後、それぞれの場面で必要な物品や心構えについて、母子保健コーディネーターさんから聞いてみましょう

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・歯科衛生士・カウンセラー)に相談も出来ます。是非ご利用ください。  
詳しくはのんびりんこ HP（イベントカレンダー）をご参照ください。

<http://nonbirinco.com/calendar/>

のんびりんこイベントカレンダー→

