

0歳児の子育て講座

楽しく子育て
不安解消しよう♪

～子育て講座に参加してママ友を作ろう～

「同じように子育てしているママ友が欲しいな・・・」など、
子育てに不安な思いをしているママさん!
子育て講座に参加して、仲間と子育てを楽しみましょう!



	月 日	内 容	講 師
1	9月18日(水) 10:00～11:30	オリエンテーション 子育ての話	ひまわり保育園
2	10月5日(土) 10:00～11:30	乳幼児の救急救命 (異物除去、心配蘇生法等)	所沢東消防署
3	10月16日(水) 10:00～11:30	身体測定・栄養士の話 ママの健康のお話	こども家庭センター 保健師・栄養士 並木地区母子愛育班
4	10月30日(水) 10:00～11:30	ベビーマッサージ	セラピスト 細野 恵美氏

対 象 令和5年 10月 1日以降に生まれた第1子と保護者
(原則として全回出席できる方)

定 員 市内在住・在勤 親子7組 ※先着順

会 場 並木まちづくりセンター 和室・ホール

参加費 無料

持ち物 筆記用具

申込み 窓口、電話にて受付
9:00～17:00※月曜日は除く
9月1日(日)～9月10日(火)

問合わせ 並木まちづくりセンター
住所:所沢市並木8-3
電話:04-2998-5911

