

中野区産後サポート事業

初めて赤ちゃんを育てる母親対象

親子の絆づくりプログラム

“赤ちゃんがきた!(BP1プログラム)

	日程(全４回)	時間	内容(テーマ)	推進役(講師)
第1回	11月　6日(金)	10：00 ～ 12：00	新しい出会い	BP1ファシリテーター 東出　淳子 近藤　純子 (ＢＰ中野の会)
第2回	11月13日(金)		赤ちゃんのいる生活	
第3回	11月20日(金)		赤ちゃんとの接し方	
第4回	11月27日(金)		親になること	

※全４回の連続講座です。「ＢＰ１プログラム」は初めて赤ちゃんを育てている母親と赤ちゃんが一緒に参加するプログラムです。楽しく学び合いができます。

対象：２～５か月児（2026年６月６日～９月６日生まれ）とそのお母さん

(中野区在住)で、初めて赤ちゃんを育てている方。この講座に初めて参加する方

会場：上高田区民活動センター(中野区上高田2-11-1) １階　和室

定　員：先着16組　10月５日（月）8時30分から受付　定員になり次第締め切り

参加費：無料（但しテキスト代1,100円（消費税込）が必要です。初日に会場で集金します）

申込み：電子申請のみ（申し込みはこちらのQRコードからになります）

※講座１週間前にGmailからご案内をお送りします。必ずご確認ください

問い合せ先：中部すこやか福祉センター　☎　03−3367−7788

（月～土　午前８時３０分～午後５時まで）

今までに受講した人の声

○家では子どもと１対１で息が詰まる思いでしたが、ＢＰに参加しホッとする時間が持てました。
○同じくらいの月齢のママたちと話せ、どのママとも同じような悩みを共有でき安心しました。
○色々なママと話したり、他の赤ちゃんの様子を見たりすることで育児にゆとりが出来ました。
○親になったことを実感でき責任も感じるようになりました。さらに我が子が愛おしくなりました。
○悩みを相談できる仲間と出会えてよかったです。

主催　中野区