



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	5月28日(火)	午前 10:30 S 12:30	新しい出会い	BP1ファシリテーター 中村 尚子 窪寺 聡子 (BP中野の会)
第2回	6月4日(火)		赤ちゃんのいる生活	
第3回	6月11日(火)		赤ちゃんとの接し方	
第4回	6月18日(火)		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と一緒に参加するプログラムです。楽しく学び合えます。

対象：2～5か月児（2018年12月28日～2019年3月28日生まれ）とそのお母さんで、初めて赤ちゃんを育てている方

会場：鷺宮すこやか福祉センター（中野区若宮3-58-10）裏面地図参照

定員：先着20組（4月22日から電話で受付、定員になり次第締め切ります）

参加費：無料 ただし、テキスト代 1,080円（消費税込）がかかります。

※初日に会場で集金します。お釣りの無いようにお願いします。

問合せ・申し込み：鷺宮すこやか福祉センター

☎ 03-3336-7111 （担当：高橋）

月～金曜日の午前9時～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