



ウエルカムママ コース②

離乳食も始まり、からだも心も成長発達が著しい時期

赤ちゃんとの生活でちょっとしたコツや見通しを知っておくと心への折り合いや解決がみえてきたりします。地域にいる助産師と子育て仲間に会いにきてください

内容

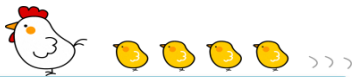
座談会や講座など、助産師が担当します。講座の内容は以下の通りです。

対象

- * 子育てをするお母さん（中野区内在住）
- * お子さん 満6ヶ月から満12ヶ月になる前日まで
- * 参加できるのはお母さんと対象のお子さんのみとなります。

参加に際して

- * 参加費 無料
- * 持ち物 ☆母子健康手帳 ☆着替え一式
☆授乳に必要なもの ☆バスタオル1枚
- * おんぶの講座の場合はお手持ちのおんぶひもをお持ちください



【申込み方法】

電子申請によるお申込みになります。
受付開始日以降に右記のQRコードから申請をお願いいたします。



実施日	ミニ講座テーマ ※変更の場合もあります	開催場所	定員 (組)	受付開始日
開催時間：10時00分～11時45分				
6月23日(火)	赤ちゃん防災	鷺宮すこやか福祉センター	12	5/23(土)
8月4日(火)	簡単ベビーマッサージ	北部すこやか福祉センター	12	7/4(土)
12月18日(金)	ぽっこりお腹と肩こりのエクササイズ	上高田区民活動センター	14	11/18(水)
1月21日(木)	安全で心地よい抱っこやおんぶのコツ	南部すこやか福祉センター	12	12/21(月)
2月9日(火)	仕事復帰に備えて	鷺宮すこやか福祉センター	10	1/9(土)
3月24日(水)	入園準備講座	中部すこやか福祉センター	12	2/24(水)

【各開催場所】

中部すこやか福祉センター

住所 中野区中央3-19-1

☎03-3367-7788

北部すこやか福祉センター

住所 中野区江古田4-31-10

☎03-3388-0240

南部すこやか福祉センター

住所 中野区弥生町5-11-26

☎03-3380-5551

鷺宮すこやか福祉センター

住所 中野区若宮3-58-10

☎03-3336-7111

上高田区民活動センター

住所 中野区上高田2-11-1

☎03-3389-1311

【事業に関するお問い合わせ先】

中野区地域包括ケア推進課 すこやか福祉センター企画調整係

☎03-3228-8809