

子育てのヒントが
いっぱいの講座です！

参加してみませんか？

赤ちゃんと一緒に♡子育てほっと講座

1人目でも、2人目でも、こどもが違えば
子育てはいつも初めての体験です。

喜びもあれば、戸惑いやストレスも…

子育てのことを考えてみましょう！



・全4回 11/20(木) 11/26(木)
12/4(木) 12/12(金)
*原則4回とも参加

・定員:12組

・時間:14:00~15:30

・場所:津幡町児童センター

・対象:1歳未満の赤ちゃんと保護
*父親参加可

・持ち物:赤ちゃんの下に敷くため
のバスタオル等

*上の子の託児はありません

11/20(木) 第1回

乳幼児期にとっても大切なこと

はじめましての会。こどもはどのように育って
いくの？人間としての土台が育つこの時期
だからこそ大切なことを考えましょう。

講師:こども家庭支援センター金沢
臨床心理士 加納 亜倫 氏

11/26(木) 第2回

こどもが生まれたこと

誕生の時、何を思いましたか？こどもを授
かるってすごいことです。その喜びを感じ、
子育てのポイントもお話してもらいます。

講師:金のいずみ土曜学校幼児部講師
元バンクーバー・ウォルト・スクール幼稚園教諭
石本 さゆり 氏

12/4(木) 第3回

こどもと一緒に遊ぼう！

ふれあい遊びをしたり、絵本の使い方につ
いてのお話を聞いたりしながら、こどもとの
関わり方について考えてみましょう。

講師:元金沢子ども図書館司書
大西 洋子 氏

12/12(金) 第4回

ママのセルフケア

ベビーヨガを取り入れながら、心身のバラ
ンスの整え方を教わります。育児をがんばって
いる、ママ自身をいたわりましょう！

*動きやすい服装で参加

講師:An-non'ヨガインストラクター
高橋 悦子 氏

首がすわって
いない時は赤
ちゃんの傍でママ
だけがします

誰かと話したり
話を聞いたりするだけでも
気持ちが軽くなります。
お気軽にご参加ください！

◇申込期間:10/20(月)~11/14日(金)
*定員になり次第締め切ります。

◇申し込み:申込フォームまたは電話申込

◇お問合せ:津幡町こども家庭センター
(子育て支援課内) ☎076-288-6702

申込フォーム QRコード

