

産前・産後ママのための 児童館子育て講座 4.5月開催分

無料

葛飾区民対象

<受付時間> 午前10:00～午後6:00 ☆お申込みは、各窓口またはお電話でお願いします☆

*講座に参加される場合は、健診を受けて母子共に体調の良い状態でご参加ください。

*持ち物：飲み物、タオル<産前の方>親子(母子)健康手帳

<産後の方>バスタオル、赤ちゃんの着替え、おむつ、(必要に応じて)ミルク

※天候や災害、感染症拡大等の状況により

事業が延期または中止になることがありますのでご了承ください。

基幹型児童館	電話	住所
新水元	5699-1260	東水元 3-5-7
南新宿	5699-1333	新宿 1-23-4
白鳥	3602-3452	西亀有 1-18-6
小菅	3604-2645	小菅 2-19-1

<ゆりかご葛飾事業>

～あなたの出産・子育て応援します～

- ①親子(母子)健康手帳を受け取ることができます。
- ②妊娠期・出産期の不安などを相談することができます。
- ③看護職の子育て相談員がいます。
- ④就学期前まで子育てについて相談することができます。
- ⑤親子そろって遊べます。

産前・産後

スタイづくり

<<対象>>

妊婦・講座当日に産後30日から120日のママと赤ちゃん

ママから赤ちゃんへ、初めてのプレゼントを作ってみませんか？

★参加する皆様の安全確保のため、対象者となるお子さん以外の参加はご遠慮ください★

日 時	開催場所	申込期間	定 員
4月21日(月) 13:30～15:00	白鳥児童館	4月7日(月)～当日	先着 3組
5月29日(木) 13:30～15:00	白鳥児童館	5月1日(木)～当日	先着 3組

産前・産後

簡単！ ベビーグッズ作り

《対象》

妊婦・講座当日に産後30日から150日のママとパパと赤ちゃん
(お子様1人につき大人2人までご参加いただけます)

みんなでおしゃべりしながら、赤ちゃんへプレゼントを作ってみませんか？

スタイ、帽子、王冠の中から1つ選んでお申込み下さい。

★参加する皆様の安全確保のため、対象者となるお子さん以外の参加はご遠慮ください★

日	時	開催場所	申込期間	定員
4月26日(土)	14:00～15:00	南新宿児童館	4月4日(金)～4月25日(金)	先着3組
5月24日(土)	14:00～15:00	南新宿児童館	5月2日(金)～5月23日(金)	先着3組

赤ちゃんとおふれあい ベビーサイン

《対象》

妊婦・講座当日に産後30日から1年未満のママと赤ちゃん

言葉を話せない赤ちゃんとのコミュニケーションを取る方法を一緒に学びませんか？

日	時	開催場所	申込期間	定員
4月23日(水)	11:00～11:45	小菅児童館	3月23日(日)～当日	先着12組

ベビーマッサージ

《対象》

【新水元児童館】
妊婦・講座当日に産後60日から180日のママと赤ちゃん
【南新宿児童館】
妊婦・講座当日に産後60日から150日のママと赤ちゃん

ベビーマッサージインストラクターによるベビーマッサージです。

オイルを使用しますのでパッチテストをしてから行います。妊婦さんは人形を使って疑似体験してみましょう。

日	時	開催場所	申込期間	定員
5月13日(火)	10:15～11:15	新水元児童館	4月15日(火)～当日	先着10組
5月29日(木)	10:30～11:45	南新宿児童館	5月7日(水)～5月28日(水)	先着10組

産後

ママ・パパ・赤ちゃんにとって心地よい抱っこ・おんぶ講座

《対象》

講座当日に産後30日から1年未満の親子
*お子様1人につき大人の方1人の参加をお願いします。

抱っこ・おんぶで毎日過ごしている親子さん、身体に負担が少なく、親子にとって心地よい

抱っこ・おんぶを体験してみませんか？快適で安全な、抱っこ・おんぶライフを送りましょう！！

《持ち物》いつもお使いの抱っこ紐・おんぶ紐(お持ちの方のみ)、バスタオル、動きやすい服装(スカートはご遠慮ください)

※講座の中で、実際にお使いの抱っこ紐やおんぶ紐を調整する時間があります。

日 時	開催場所	申込期間	定 員
4 月 30 日 (水) 10 : 30 ~ 12 : 00	新水元児童館	3 月 25 日 (火) ~ 当日	先着 10 組

リフレッシュダンス

《対象》

講座当日に産後120日から1年未満のママと赤ちゃん
*首が座っているお子さんから参加できます。

楽しい音楽とともに身体を動かしてリフレッシュしましょう☆

赤ちゃんと一緒にダンスする時間がありますので、普段お使いの抱っこひもをお持ちください。

日 時	開催場所	申込期間	定 員
5 月 20 日 (火) 11 : 00 ~ 11 : 45	南新宿児童館	4 月 28 日 (月) ~ 5 月 19 日 (月)	先着 10 組

おすわり時期からのベビーマッサージ

《対象》

講座当日に産後150日から1年未満のママと赤ちゃん

ベビーマッサージインストラクターによるベビーマッサージです。

オイルを使用しますのでパッチテストをしてから行います。

★参加する皆様の安全確保のため、対象者となるお子さん以外の参加はご遠慮ください★

日 時	開催場所	申込期間	定 員
4 月 24 日 (木) 10 : 45 ~ 11 : 45	南新宿児童館	4 月 3 日 (木) ~ 4 月 23 日 (水)	先着 7 組

ベビーリトミック

《対象》

講座当日に産後180日から1年未満のママと赤ちゃん

ママ、パパと楽しくふれあいながら遊びましょう。

アフリカ太鼓ジャンベやオーストラリアの楽器ディドゥリドゥなど珍しい楽器の音も体験できます。

日 時	開催場所	申込期間	定 員
5 月 15 日 (木) 11 : 00 ~ 11 : 45	小菅児童館	4 月 15 日 (火) ~ 当日	先着 10 組
5 月 22 日 (木) 11 : 00 ~ 11 : 45	白鳥児童館	5 月 1 日 (木) ~ 当日	先着 10 組