

# あつまれ♪ はじめてママ

支援センター  
デビューしよっ!



赤ちゃんのお誕生おめでとうございます

赤ちゃんが生まれて数か月、出産から今日まで休む暇なく頑張ってきたママ・・・

そろそろリフレッシュしませんか。

ここで出会った仲間と同じ時間を楽しみながら自分らしい育児を見つけよう!

## ★各回のテーマと日時（全4回講座）受付9：30～

- 1回目 5/19(水) はじめまして赤ちゃん、そして私たち
- 2回目 5/26(水) 赤ちゃんのことをもっと知ろう
- 3回目 6/ 2(水) わたしの家族と生活
- 4回目 6/ 9(水) 家族とこれから



## 参加対象

生後2～5か月の  
赤ちゃん和妈妈  
第一子限定



どんなこと

- ★各テーマに沿って楽しくおしゃべりしながら、育児の知識やスキルなどを一緒に学び、ママ同士情報交換していきます。
- ★わらべうたで赤ちゃんとおふれあい遊びを楽しみます。
- ★リラックス&リフレッシュでママ自身のケアを大切にしていきます。

日程				時間	場所	赤ちゃんの 生年月日の目安	申込 締切	定員
5/19 (水)	5/26 (水)	6/2 (水)	6/9 (水)	10:00～ 11:30	日東保育園内 日東子育て支援センター	令和2年12月 ～ 令和3年3月	4/16 (金)	8組

★この講座は子どもと家族支援研究センターにて資格を得たFSファシリテーターが進行等を務めます

参加費 1回 300円 + テキスト代 300円 (初回のみ)

持ち物 バスタオル、おむつ、ミルクなど (個々に必要なもの)

## ★申込み方法 お問い合わせ

参加ご希望の方はお電話にてお申込みください。(裏面申込用紙はご記入の上当日お持ちください)

場所 〒470-0102  
愛知県日進市藤島町寺下乙29番地  
日東子育て支援センター(日東保育園内)  
電話 0561-72-0459 FAX 0561-72-1199

