



## 保健センター (TEL072-433-7000)

※[申し込み必要] 新型コロナ感染予防のため、内容を変更している可能性がありますので、事前にお問い合わせください。

### ★赤ちゃん相談★

受付 9:30~11:00  
日時: 4/13(水)・5/11(水)・6/8(水)  
保健師、助産師、栄養士による相談  
歯科衛生士、保育士によるつどいも実施しています。

### ★離乳食講習会★

生後 5~8 か月頃  
日時: 4/22(金)・5/27(金)・6/24(金)  
13:30~15:30  
費用: 200 円  
講義の間、集団での保育を実施しています。

### ★離乳食講習会★

生後 9~15 か月頃  
日時: 5/13(金)・7/8(金) 13:30~15:30  
費用: 200 円  
講義の間、集団での保育を実施しています。



## NPO 法人えーる (TEL080-3130-3567)

申込不要

### つげさん広場コミュニティスペースえーる

マタニティ~子育て中の親子・子育て中の方・どなたでも。

10:00-15:00 定員 14 名(当日の利用状況はお問い合わせください)

子育て中のママが子どもを連れて気軽にしゃべりしたり、親子で自由に遊んだりして、一息つけるホットスペースです。「気兼ねなくママにゆっくりしてもらいたい」そんな想いで運営しています。月に 1~2 日休 OPEN しています。不定期ですが休日 OPEN の日にパパに参加してもらいやすいよう「パパつげの日」を開催しています。

イベント時など開所時間が変わることがあります。また月に 1 日、お休みの日があります。メルマガやインスタグラム等の SNS でお知らせしています。また、一時保育も行っています。

### おそとデビュー

はじめてのおそとデビューのサポートをします。時間内はスタッフがいますので、気軽に遊びに来てね。好きな時間に来て、好きな時間に帰るのも OK です!

日時: 4/21(木) 5/11(水) 10:00~11:30 (雨天中止)  
場所: 市民の森 対象: 0か月~1歳6か月頃の親子 費用: 無料

### マタニティDay

先輩ママから直接体験談を聞いたり、マタニティママどうし情報交換したり、お茶を飲みながら今のこと、これからのこと、いろいろお話ししましょう。

日時: 4/23(土) 10:00~12:00 場所: コミュニティスペースえーる  
対象: マタニティの方 費用: 無料(フリードリンクつき)

### ★えーる親子おきび塾(つげさん広場出前教室)★

親も子も思いっきりからだを動かして遊びます。発達支援トレーナー®監修の発達を促す遊びのプログラムを行います。

日時: 4/25 5/2・16・23 6/6・20・27 (すべて月曜日)  
10:00~11:30(雨天中止)

講師: 高岡 和美(子ども発達アシリエイト)ほか  
場所: ハート交流館、せんごくの杜、ほか  
対象: しっかり歩ける 1 歳児~小学生親子 費用: 無料  
※2回目以降の申し込みの場合 1週間前より受付いたします。

### ★ママと赤ちゃんのふれあいタイム★

ベビーマッサージやふれあいあそびが体験できます。  
日時: 4/12(火) 5/17(火) 6/21(火) 10:10~10:40(受付 10:00~)  
講師: 小山 美樹(ベビーマッサージインストラクター)  
対象: 1 か月健診後~6 か月の赤ちゃん親子 定員: 3 組  
※2回目以降の申し込みの場合 1週間前より受付いたします。  
場所: コミュニティスペースえーる 費用: 無料

### ★ママとベビーのヨガクラス★

ママのからだをほぐして、お子さんともふれあいましょ  
日時: 4/14(木) 5/19(水) 6/8(水) 10:10~10:50(受付 10:00~)  
講師: 繁 千代美(ママとベビーのヨガ認定講師)  
対象: 3 か月~2歳の親子 定員: 4 組  
※2回目以降の申し込みの場合 1週間前より受付いたします。  
場所: コミュニティスペースえーる 費用: 無料

### ★リラクゼーションマッサージ★

日時: 4/15(金) 5/12(木) 6/10(金) 10:00~11:55 費用: 500 円/15 分  
場所: コミュニティスペースえーる 定員: 5 人(時間制)

### ★ペタペタの日★

手形・足形スタンプでの成長記録カードづくり  
日時: 4/20(水) 5/27(金) 6/23(木) ①10:00~ ②10:30~  
定員: 6 組 ※2回目以降の申し込みの場合 1週間前より受付いたします。  
場所: コミュニティスペースえーる 費用: 100 円/1 人

### ★りとりとみっく★

10:10~10:40(受付 10:00~)  
《Baby クラス》 日時: 4/8(金) 5/9(月) 6/1(水)  
対象: しっかり首の座った赤ちゃんから 10 か月までのお子さんと保護者  
《Kids クラス》 日時: 4/18(月) 5/25(水) 6/17(金)  
対象: 10 か月から就園前までのお子さんと保護者  
講師: 岸本 綾佳さん(musica+音楽教室主宰)  
定員: 5 組 ※2回目以降の申し込みの場合 1週間前より受付いたします。  
場所: コミュニティスペースえーる 費用: 800 円

### ★プチ講座「乳幼児期に大切な発達のお話」★

子どものこころとからだを育てるための大切な関わり方、脳の発達についてお話しします。  
日時: 4/6(水) 5/13(金) 6/13(月) 10:00~10:50(受付 9:50~)  
講師: 朝日陽子(発達支援トレーナー®)  
対象: マタニティ~幼児を子育て中の方 \*親子同室となります  
定員: 6 組 場所: コミュニティスペースえーる 受講料: 700 円

### ★子育て講座

#### 「子どもの発達に大切なことが? 時間でサクッとわかる!」★

子どもの発達に不可欠な「食」「あそび」「言葉がけ」について学びます。  
講師: 朝日 陽子(発達支援トレーナー®)  
対象: マタニティ~子育て中の方 \*母子同室となります  
日時: 4/24(日) 10:00~12:00  
受講料: 1,500 円 場所: お申込み時にお伝えします。

### ★えーる食育講座【基本編】★

子どもに影響を与える私たちの食生活、心と体をつくるための食を知り、忘れられている食の大切さを一緒に学びませんか?旬の食材を使った調理、試食もあるので楽しく学べます。  
日時: ①5/26(木) ②6/2(木) 2回連続講座 10:00~12:00  
講師: 井上 則子(食育インストラクター・乳幼児食指導士)  
対象: マタニティ~子育て中の方  
場所: ひと・ふれあいセンター 参加費: 1,500 円(2 回分)  
定員: 10 人(最小催行人数 4 人) 保育定員: 6 人(保育費用 1000 円/回・1 人)

### ★応用行動分析子育て講座

#### 「子どものやる気を引き出す子育てのコツ」★

行動分析を活用した「叱らないほめて育てる、やる気を引き出す子育て法」を学びます。「ペアレント・トレーニング」に興味のある方も、ご受講ください。  
日時: 4/19(火) 10:00~12:00  
講師: 加嶋 さおり・林 美香(ペアレント・トレーニングトレーナー)  
対象: 3 歳~小中学生の子どもをもつ保護者  
場所: ひと・ふれあいセンター 第 3 教室 費用: 500 円(資料代)

その他、発達・発達支援に関する講座や活動等も開催しています。  
お子さんの発達で気がかりなことがある方はお気軽にご相談くださいね(〇〇)

一時保育、産前産後家事サポートに  
応援券が利用できます!



新型コロナウイルス感染症対策により、掲載した内容は中止または変更・延期となる場合があります。  
詳しくは市ホームページまたは各問い合わせ先でご確認ください。