

# はじめての子育て講座 「親子の絆教室」のご案内

雲南市内にお住まいで、初めてお母さんになられた方全員に、講座のご案内をしています。  
初めて子育てをする子育て仲間と学びあいましょう。



最初から一人前の親はいません  
赤ちゃんを育てながら  
また、周りのサポートを受けながら  
少しずつ親は親になっていくのです


## ◆ 初めの子育て講座に参加すると・・・

- ① 子育て仲間ができます。
- ② 赤ちゃんとのかわり方を学ぶ中で、赤ちゃんがますますかわいく思えるようになり、親子のきずなが深まります。
- ③ 他の親も同じように悩んでいることが分かって、安心したり、話し相手ができることにより育児の不安が解消され、ストレスが軽減します。
- ④ 子どもの心身の発達を学ぶことで、焦らず、完璧を求めない「思春期から花開く子育て」をめざすことができます。

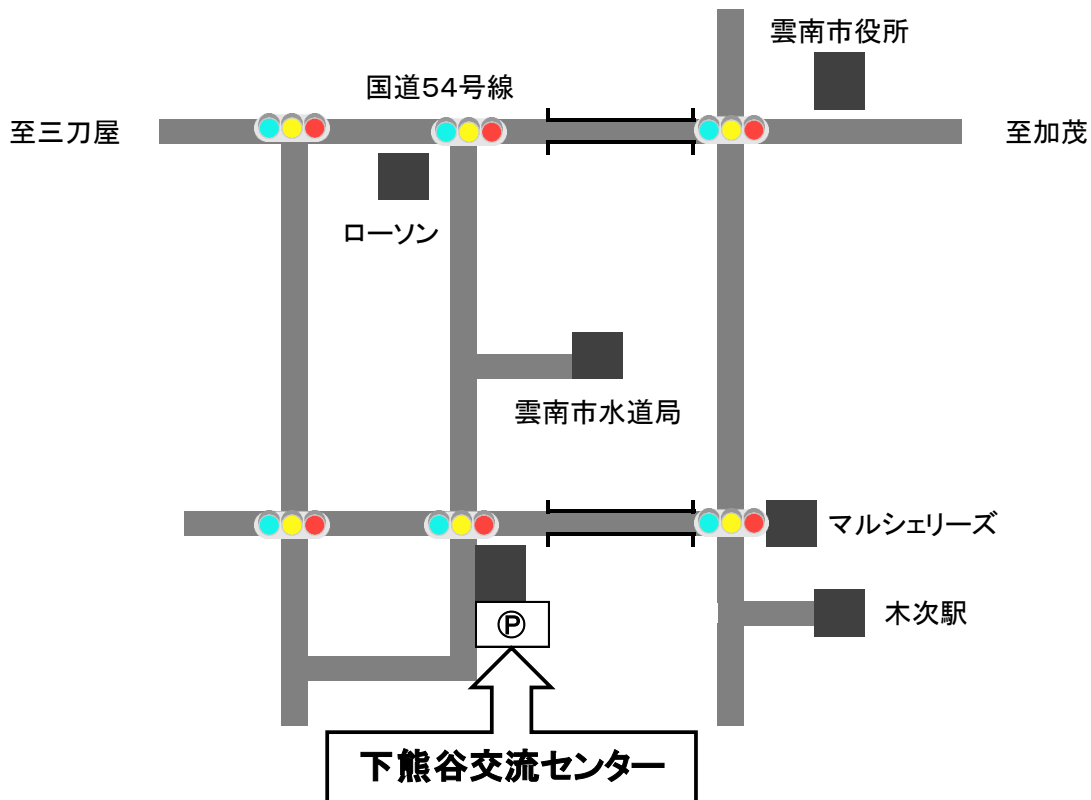


## ◆ 講座の内容・日程・会場

対象	1クール	H30年12月21日～H31年3月20日 (生後2か月から5か月) 生まれの第1子とその母親 20組まで	日程 ① 5月22日(水) 14:00～16:00 ② 5月29日(水) 14:00～16:00 ③ 6月5日(水) 14:00～16:00 ④ 6月12日(水) 14:00～16:00
	2クール	H31年3月21日～6月20日 (生後2か月から5か月) 生まれの第1子とその母親 20組まで	日程 ① 8月21日(水) 14:00～16:00 ② 8月28日(水) 14:00～16:00 ③ 9月4日(水) 14:00～16:00 ④ 9月11日(水) 14:00～16:00
	3クール	H31年6月21日～9月20日 (生後2か月から5か月) 生まれの第1子とその母親 20組まで	日程 ① 11月20日(水) 14:00～16:00 ② 11月27日(水) 14:00～16:00 ③ 12月3日(火) 14:00～16:00 ④ 12月11日(水) 14:00～16:00
	4クール	H31年9月21日～12月20日(生後2か月から5か月) 生まれの第1子とその母親 20組まで	日程 平成32年 ① 2月19日(水) 14:00～16:00 ② 2月26日(水) 14:00～16:00 ③ 3月4日(水) 14:00～16:00 ④ 3月11日(水) 14:00～16:00
会場	下熊谷交流センター (雲南市木次町下熊谷1096-1) TEL (0854) 42-5351		

時間	1 時間 30 分。その後 30 分は質問・交流タイム。（合計 2 時間）
回数	毎週 1 回（水曜日）、合計 4 回
持ち物等	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 着替え（赤ちゃんの服が汚れてしまった時のための着替え）：1 組</li> <li>○ オムツ：2～3 枚</li> <li>○ おしりふき（携帯用の小さいものもあります）</li> <li>○ ビニール袋（使用済みのオムツや汚れた服などを入れるのに役立ちます）</li> <li>○ ガーゼハンカチやハンドタオル：汗やだれをふいたりするときに便利です</li> <li>○ バスタオルなど大きめのタオル：1 枚（赤ちゃんを寝かせるときに敷きます）</li> <li>○ お茶（お母さんの水分補給用に）</li> <li>○ お気に入りのおもちゃ（必要な人）：他の人のおもちゃと区別ができるよう、目印などを付けておくと良いです。</li> <li>○ 母子健康手帳・（健康保険証）</li> <li>○ 粉ミルク、お湯、哺乳瓶（必要な人）</li> </ul> 
特徴	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎参加型プログラム：育児の喜びや困りごと、迷いなどを話し合いながら必要な知識を学びます。</li> <li>◎テキストがあります。（貸出可）</li> <li>◎訓練を受けたファシリテーターが進行します。</li> </ul> <p>安全、安心の場です。</p>

☆普段の生活と同じように、おっぱいをあげてもいいです。おむつ替えもしていいです。できるだけ4回出席して下さい。



\* 20 組限定となります。参加希望の方は  
お早めにお申し込みください。

問い合わせ・申し込み先：

雲南市子ども政策局 子ども家庭支援課

TEL (0854) 40-1067