

親子の絆づくりプログラム “赤ちゃんがきた！”

～一緒に「お母さん」になっていきませんか？～



☆初めての子育てってどうしていいかわからない…

☆どうして泣き止まないの？

☆こんなはずじゃなかったのに…上手に子育てできない…

初めての子育ては不安やわからないことがあって当然です。

そんな不安や悩みを同じ立場の仲間と話し合ってみませんか。



親子の絆づくりプログラムって？

初めて赤ちゃんを育てているお母さんとお子さんのためのプログラムです。全部で4回のプログラムで、毎回いろんなテーマで参加者の皆さんと一緒に考えたり話し合ったりします。もちろん、自由に話しをする時間もありますよ！

誰でも参加できるの？

初めて赤ちゃんを育てているお母さんとそのお子さんが対象です。お子さんの月齢は2カ月から5か月までのお子さんが対象です。

参加するにはどうしたらいいの？

那珂川町子育て支援課、電話：0287-92-4085へお申し込みください。参加費は無料です。

詳しい日程や場所は裏面を見てね！

<日程>

	日程	時間	場所
全4回	平成31年 6月17日(月)	午前10時～12時	健康管理センター
	6月24日(月)	午前10時～12時	健康管理センター
	7月 1日(月)	午前10時～12時	健康管理センター
	7月 8日(月)	午前10時～12時	健康管理センター
全4回	平成31年11月 7日(木)	午前10時～12時	健康管理センター
	11月14日(木)	午前10時～12時	健康管理センター
	11月21日(木)	午前10時～12時	健康管理センター
	11月28日(木)	午前10時～12時	健康管理センター
全4回	平成32年 2月27日(木)	午前10時～12時	健康管理センター
	3月 5日(木)	午前10時～12時	健康管理センター
	3月12日(木)	午前10時～12時	健康管理センター
	3月19日(木)	午前10時～12時	健康管理センター

※健康管理センターは、広重美術館の通りを真っすぐ茨城方面へ向かい、馬頭体育館の隣です。

<持ち物>

特別な持ち物はありません。普段お出かけする準備で来てください。赤ちゃんと一緒にのお出かけ持ち物リストも参考にしてくださいね。

赤ちゃんと一緒にのお出かけ持ち物リスト



- 着替え（赤ちゃんの服が汚れてしまった時のために）：1組
 - オムツ：2～3枚
 - おしりふき
 - ビニール袋（使用済みのオムツや汚れた洋服を入れるのに便利です）
 - ガーゼハンカチはハンドタオル（汗やよだれを拭くときに便利です）
 - バスタオルなどの大きめのタオル（プログラム中に寝てしまったり、寒い時に掛けたりするのに便利です）
 - お気に入りのおもちゃ
 - 母子健康手帳・保険証（急に具合が悪くなった時にすぐに受診できます）
 - 粉ミルク・お湯・哺乳瓶
- などなど。

参加についてわからないこと、不安なこと、聞いてみたいことがありましたら、那珂川町子育て支援課までお問い合わせください。

電話：0287-92-4085

