

# ～ ハロー！ベビープログラム ～

(親子の絆づくりプログラム)

☆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か月から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	令和6年6月19日(水)	午前10時～12時	おひさま広場 (わかあゆ認定こども園隣接)
	6月26日(水)	午前10時～12時	
	7月3日(水)	午前10時～12時	
	7月10日(水)	午前10時～12時	
全4回	令和7年1月29日(水)	午前10時～12時	
	2月5日(水)	午前10時～12時	
	2月12日(水)	午前10時～12時	
	2月19日(水)	午前10時～12時	

※おひさま広場は、わかあゆ認定こども園（住所：那珂川町小川869）と隣接しています。

## <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、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

