



## 7月後半～8月前半 事前申込みの講座案

1

託

### 魚類市場タイアップ！親子お魚料理教室

新鮮なお魚を使って、親子で簡単なお魚料理に挑戦してみましょう。

日時：7月19日（土）  
10:30～13:00  
場所：おりようりのへや（2階）  
定員：8組  
対象：4歳～小学3年生の子どもと親  
講師：甲斐 克子先生



2

託

### 2～6カ月のあかちゃん集まれ！（全2回） ～チャイルドシート講習会＆ふれあい遊び～

1回目：チャイルドシート講習会＆おしゃべりタイム  
2回目：あかちゃんが喜ぶふれあい遊び

日時：7月21日（月・祝）・28日（月）  
11:00～12:00  
場所：多目的ルーム（4階）  
定員：12組  
対象：2～6カ月の子どもと親  
講師：JAF職員



3

託

### ゆったり子育て講座 ～あかちゃんの発達を知ろう～

あかちゃんの発達とその時期の親の関わり方について学びましょう。

日時：7月22日（火）  
11:00～12:00  
場所：多目的ルーム（4階）  
定員：12人  
対象：1歳6カ月までの子どもの親または妊娠中の人  
講師：鹿児島市母子保健課職員

4

託

### 教えて！理学療法士さん ～骨盤底筋とセルフケアについて～

産後女性の体は、一生産後です。女性の健康にとって大切な骨盤底筋について学び、自宅でもできる膣トレなどセルフケアを体験しましょう。

日時：7月24日（木）  
11:00～12:00  
場所：多目的ルーム（4階）  
定員：12人  
対象：小学3年生までの子どもの母親  
講師：上田 智美 先生

5

託

### 乳幼児の救急講座

乳幼児に起こりやすい事故の予防や手当て、いざという時に備えて心肺蘇生やAEDの使用法について学びましょう。

日時：7月31日（木）  
13:00～15:00  
場所：多目的ルーム（4階）  
定員：12人  
対象：就学前の子どもと親  
講師：日本赤十字社鹿児島県支部職員



6

託

### 取り分け離乳食 ～後期・完了期（デモ形式）～

取り分けメニューのコツやアイデアを楽しく学び、日々の離乳食作りに役立てられるメニューを実際に作ってみましょう。

日時：8月5日（火）  
13:00～15:00  
場所：おりようりのへや（2階）  
定員：12人  
参加費：1人300円程度  
対象：9カ月～1歳6カ月の子どもの親  
講師：福元 亜希子先生



7

託

### 教えて！鹿児島のファーフル先生 ～虫ってこんなにおもしろい～

小さな体に大きな魅力。夏休みに親子で虫の世界を楽しみましょう。夏休みの思い出を作ってみませんか？

日時：8月9日（土）  
13:30～14:30  
場所：多目的ルーム（4階）  
定員：12組  
対象：5歳～小学3年生の子どもと親  
講師：鹿児島大学 農学部  
坂巻 祥孝先生



8

託

### 教えて！助産師さん ～家族であかちゃんを迎える準備をしよう （沐浴・抱っこ体験）～

沐浴や抱っこの体験をしたり、あかちゃんとの生活について助産師の話を聞いたりして、家族みんなであかちゃんを迎える準備をしましょう。

日時：8月11日（月・祝）  
13:00～14:30  
場所：多目的ルーム（4階）  
定員：6組  
対象：妊娠中の人とその家族  
講師：鹿児島県助産師会  
竹内 裕子先生



★講座申込みの専用2次元コード★  
2次元バーコードを読み取り、必要事項を記入の上、メールで送付下さい。



### 事前申込方法

★講座申込の専用メールアドレス★  
ribonkankouza@shirt.ocn.ne.jp

講座申込みは、【講座名、郵便番号、住所、参加者全員の氏名、年齢（月齢）連絡先、託児希望の有無】を記入の上、はがき、ファックス、Eメール、または直接窓口にて受付けます。

7月11日（金）（消印有効）締め切りです。

（多い場合は抽選。受講決定者には受講票をお送りします。）

託 は託児無料の印です。

《託児（2カ月～就学前）希望の方は、お子さんの氏名、年齢（月齢）を申込みの際に記入してください。》

※8月後半の事前申込みの講座については、7月下旬に掲載する予定です。

