

# 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。

:7月19日(土) 10:30~13:00

: おりょうりのへや(2階) 場所

教えて!理学療法士さん

アを体験しましょう。

: 12人

講師 : 上田 智美 先生

:7月24日(木)

11:00~12:00

:多目的ルーム(4階)

: 小学3年生までの子どもの母親

~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

:8網 定員

対象 :4歳~小学3年生の子どもと親

講師 : 甲斐 克子先生





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

:7月21日(月・祝)・28日(月)

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

使用方法について学びましょう。

13:00~15:00

: 多目的ルーム(4階)

:就学前の子どもの親

講師 : 日本赤十字社鹿児島県支部職員

日時 : 7月31日(木)

: 12人

11:00~12:00

場所 :多目的ルーム(4階)

定員 :12組

:2~6カ月の子どもと親 対象

講師 : JAF職員



# 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。

託

託

: 7月22日(火)

11:00~12:00 : 多目的ルーム(4階)

定員 : 12人

場所

6

: 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



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

:おりょうりのへや(2階) 場所

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



託



7

日時

場所

定員

対象



# 教えて!鹿児島のファーブル先生 ~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

:5歳~小学3年生の子どもと親

: 鹿児島大学 農学部 講師 坂巻 祥孝先生

8

揚所

定員

# 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。

:8月11日(月・祝)

13:00~14:30

:多目的ルーム(4階)

定員 : 6網

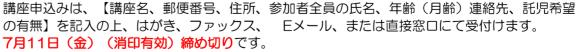
: 妊娠中の人とその家族 象校 :鹿児島県助産師会

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。





(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。



















































事前申込方法































