

～ 子育て支援講座を開催します ～

ノーバディズ パーフェクト

Nobodys Perfect (親育ち講座)

このプログラムは、0歳から5歳までの子どもをもつ親のプログラムです。

参加者である親自身が、自分のやりかたで、安心して、自信を持って子育てができるよう、参加者とファシリテーター（会議などの議事進行を務める人）がともにサポートしてゆくものです。

始めから完璧な親などいません。ひとりで子どもを育てていくこともできません。子どもの幸せを願い、親自身が学び、協力しあいながら、グループでの話しあいを通して、親も子も育つ場が今、求められています。NPプログラムはそのような機会を提供します。



コース・会場・連絡先	日程 (全8回)
Cコース	9月3日(月)・10日(月)・18日(火)・24日(月)
会 場：市保健センター	10月1日(月)・10日(水)・16日(火)・22日(月)
連絡先：子育て支援室 (☎ 62-4015)	
Dコース	10月3日(水)・10日(水)・17日(水)・24日(水)・31日(水)
会 場：白山公民館	11月8日(木)・14日(水)・21日(水)
連絡先：わかさ園保育所 (☎ 62-3638)	

- ▶時 間 10時から12時まで ▶参加費 無料
- ▶募集人数 各コース14人(申込多数の場合は抽選)
- ▶対象者 0歳から小学校就学前までの乳幼児の親で、原則として全日程(8回)参加できる人
- ▶申し込み・問い合わせ先 子育て支援室(☎ 62-4015)



しまばら 子育て情報



育児ワンポイント

“冷房をうまくつかいましょう”

“夏の暑さに対して冷房の使い方を迷う”という声を聞きます。

日中のあそびでシャワーやプール、木陰を利用して涼み、食事や睡眠の時間帯を目安に冷房を使うとよいでしょう。



外気温との差を5℃前後に抑え、1日中つけっ放しは避けましょう。汗をかくことも大切です。



「育児サークル」ってなあに？

育児サークルは、親子で楽しみながら子育てができるよう、情報交換と友だちづくりのきっかけとなる場を設けて、参加者の交流を行っています。今月は、「にこにこ kids」を紹介します。

育児サークル	曜 日	場 所	育児サークル	曜 日	場 所
ぱぴぷキッズ	毎月第2・4木曜日	市保健センター	すくすくげん kids	毎月第3木曜日	杉谷公民館
きらら kids	毎月第1火曜日	有明保健センター	こいこいひろば	毎月第1水曜日	霊丘公民館
のびのび kids	毎月第2火曜日	三会公民館	にこにこ kids	毎月第1木曜日	安中公民館

育児サークル「にこにこ kids」

親子で楽しみながら子育てをしてみませんか。育児ボランティアの方の協力で、毎回楽しい行事が盛りだくさん！自由参加できます。お気軽に参加ください。

※保健師・栄養士による乳幼児相談も行っています(9時30分～11時)

食生活改善推進員とありあけ母親クラブの皆さんによる手作りおやつもあります。

- と き 毎月第1木曜日 10時～11時30分
- と ころ 安中公民館
- 対象者 市内に住む小学校就学前までのお子さんとその保護者
- 問い合わせ先 子育て支援室(☎ 62-4015)



育児ボランティアの皆さん



絵本の読み聞かせ



子どもの目の制作



カブトをかぶってハイポーズ