



はじめての子育て応援

ひがし

Debut

赤ちゃんCafe



— 8回講座 —



第1子が1歳未満の保護者の方、
赤ちゃんと一緒に、
子育てを楽しむ講座に
参加しませんか？



パパも大歓迎。参加費無料。
ママのそばで、赤ちゃんも
のびのび遊べます。



開催日	内容	講師
6月 4日 (木)	オリエンテーションと図書館案内	進行：公民館&図書館職員
6月20日 (土)	赤ちゃんの応急救護	小金井消防署職員
7月 9日 (木)	にこにこベビーマッサージ	竹本ひろ美さん (タイ式セラピスト)
7月23日 (木)	やさしくて美味しい離乳食	野村泉さん (栄養士)
9月17日 (木)	バランスボールで歪みをリセット	竹内恵津子さん (健康運動指導士)
10月 1日 (木)	赤ちゃんのメモリアルカード作り	進行：公民館職員
10月22日 (木)	はじめての歯ブラシと乳歯ケア	鈴木 なつみさん (歯科医院長)
11月 5日 (木)	懇親会	進行：公民館職員・保育サポーター

申込方法

5月18日(月)(必着)までに、往復はがき
またはEメールに、

●住所 ●保護者と子どもの氏名(ふりがな)
●性別 ●年代(月齢) ●電話番号を明記の上、
公民館東分館「ひがし赤ちゃんCafe」係宛
にお送りください。

※お申し込み後3日以内に受付完了メール
をお送りします。(土日祝を除く)
メールが届かない際はお電話でお問い合わせ
ください。ドメイン受信指定をしている
方は、「@nifty.com」を受信できるよう
お願いいたします。



時間：午前10時～11時30分
場所：公民館東分館 和室 生活室
対象：市内在住・在勤・在学で、
第一子が令和7年7月1日以降に
誕生した子どもと保護者
定員：9組(多数抽選)