



0歳児の子育て講座

子育てに役立つヒントや、ママ・パパ同士の交流を通して、不安や悩みを解消しましょう！

【全回】
10:00～
11:30

	月日	内容	講師
1	9月25日(金)	オリエンテーション 子育ての話	ひまわり保育園 園長先生
2	10月2日(金)	身体測定、栄養の話、 ママの健康の話	こども家庭センター (保健師・栄養士)
3	10月9日(金)	ベビーマッサージ	ベビーヨガインストラクター 細野 恵美
4	10月17日(土)	乳幼児の救急救命 (異物除去、心肺蘇生)	埼玉県西部消防局 所沢東消防署

対 象：令和7年10月1日以降に生まれた乳児と保護者
(原則として全回出席できる方)

定 員：親子7組 市内在住・在勤(※先着順)

参加費：無料

持ち物：筆記用具、飲み物、いつものお出かけセット、
3回目のみバスタオル

申 込：9月3日(木)～9月12日(土)
9:00～17:00

窓口、電話にて受付(※月曜日を除く)



～問合せ先～

並木まちづくりセンター

所沢市並木8-3

04-2998-5911