



## 生まれてくる日を楽しみに♡ プレパパ・プレママセミナーレポート

講師：帝京大学看護学科 准教授 大橋 知子さん

はじめてのセミナー参加で、開始前は緊張して向かいましたが、スタッフの方々が皆さん優しく、安心して受講することができました。今回初めての出産で、赤ちゃんの抱っこの仕方さえ分からなかった私達夫婦でしたが、今回のセミナーを通じて、着替えや沐浴の仕方など学ぶことができ、すごく勉強になりました。また、主にお父さんに体験してもらう事で、普段は消極的なお父さんでも2人で一緒に子育てをするという気持ちになれる本当に良い機会になると思います。

講師の大橋先生も優しくとても分かりやすかったです。産前産後に利用できる制度などもご紹介いただき、子育て中も頼れる場所があるという安心にも繋がりました。また、セミナーの中で、他の参加者の方と話す機会も多く、今後くるるんを利用する際にも、会ったら話しやすい関係になれて嬉しかったです。貴重な機会をありがとうございました。 プレママリポーター 石橋 詩織



### 9月子育てセミナー

「乳幼児とスマホ、上手な付き合い方」

講師：医師 スマホ依存アドバイザー 谷口 治子さん

スマホが良くないのはなんとなく分かっていましたが、具体的になぜダメなのか分かって良かったです。単に面白いから触りたがるだけでなく、脳がダメージを受けると知って驚きました。反対に、テレビは見せすぎなければ大丈夫と分かったのは安心しました。主人は早くからスマホやパソコンを使わせて慣れさせたいと言っていましたがいままでいた資料に興味深く読んでいました。

いつからどのように使わせるか、夫婦でよく話し合っ考えています。

ママリポーターP.N みおママ



### 8月子育てセミナー「親子運動遊び」

講師：保育士 砂川 太さん・田中 慎吾さん

今回2度目の子育てセミナーに親子で参加させて頂きました。参加されていた方々や先生方のおかげで、息子と一緒に楽しく良い運動ができてとても



良かったです。息子はまだ1歳になったばかりで、運動に参加するのは難しいのではと考えていましたが、そんなことは一切無く、先生方のおかげで、息子の笑顔をたくさん見れて親の自分も一緒になって楽しめました。体を動かしながら息子とスキンシップが取れて良かったです。新聞紙と袋で製作したおもちゃを使用してお家でも遊びました。今回参加した子育てセミナーは、先生方の協力もあり、良い経験をすることができ、とても満足できる内容でした。親子で楽しんでいると、あっという間に終わりの時間となりました。親子運動遊びという機会を作って頂きありがとうございました。

また参加できることを楽しみにしています。

パパリポーターP.N みなとパパ



## 10月の おたんじょうび



おたんじょうびおめでとう

## シールがいっぱいになったよ!



がく君



みおちゃん



そうた君

11月の行事予定 ★申込み・問合せは 子育て交流プラザくるるん (0942-34-5571) まで

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6 ☎ホットライン	7 10:45~11:45 くるるんひろば (お誕生会)	8 ※1 10:30~12:00 離乳食相談 (要予約)	9
10	11 ※2 10:30~/13:30~ ふれあい ベビーマッサージ	12 ※3 10:30~12:00 こ子サポ出張相談	13 ☎ホットライン	14 休館日	15 ※4 14:00~14:30 にこにこリズム	16
17	18	19 ※5 10:15~11:45 子育てセミナー	20 ※6 10:30~11:30 小児科医と話そう ☎ホットライン	21 11:00~ くるるんひろば (おはなし会)	22 ※7 10:30~11:30 みんなで おしゃべり会	23
24	25 10:30~/13:30~ ふれあい ベビーマッサージ	26	27 ※8 10:30~12:00 子育て健康相談 (受付〆切11:00) ☎ホットライン	28 休館日	29	30



※1 「離乳食相談」…栄養士に離乳食のことを気軽に質問できます。お子さんも一緒にどうぞ♪ ★スタート・ごっくんクラス 10:30~11:15

★もくもく・かみかみクラス 11:15~12:00 ▽定員 各10組・先着順 ▽申込開始 11/1 (金) 10時~

※2 「ふれあいベビーマッサージ」…タッチケアマッサージを取り入れながら、ふれあい遊びや絵本の読み聞かせなどをひろばで実施します♪

▽対象 1歳頃までの赤ちゃん ▽事前申込不要

※3 「こども子育てサポートセンター出張相談」…お子さんや自分、家族のことなどをサポートセンターの保健師・保育士に相談できます。身体計測もできます。 ▽事前申込不要

※4 「にこにこリズム」…親子でリズム遊びをします♪ ▽講師：にいりリトミック 田中 節子さん・富松 朋さん ▽事前申込不要

※5 「子育てセミナー」…『ペットボトルでドクターイエローを作ろう』 ▽講師：くるるんスタッフ ▽定員 15名・先着順・託児有り  
▽参加費無料 ▽申込開始 11/1 (金) 10時~

※6 「小児科医と話そう」…今月のテーマ『子どもの便について』 ▽小児科医：伊藤 雄平さん ▽事前申込不要  
小児科医を囲んで一緒にお話しませんか？ 質問もできます！ご参加お待ちしております♪

※7 「みんなでおしゃべり会」…『0歳児・1歳児のパパ・ママおしゃべり会』 ▽対象：0歳児・1歳児のお子さんと保護者  
▽場所：あそびのひろば ▽事前申込不要

※8 「子育て健康相談」…助産師・栄養士が健康や栄養についての相談に個別に対応します。 ▽事前申込不要 ※ 受付11時まで



## 子育てホットライン

☎ 0942-34-5573 毎週水曜 (祝祭日を除く) 10時~16時

e-mail相談: [kururun@ktam.jp](mailto:kururun@ktam.jp)

子育てホットステーション(相談室)での個別相談も利用できます！



子育ての不安や悩み、  
お聞きします。