

お母さん同士の
交流・相談の場。
子育てを楽しもう！

赤ちゃん教室



青葉区在住の、第1子の0歳児と保護者の集まりです。子育てについての情報支援や、地域での友達づくり、保健師による育児のアドバイスなどを行っています。パパや妊婦さんも大歓迎。授乳・おむつ交換もできます。

赤ちゃん教室の流れ

①手遊び

簡単な自己紹介を終えたあと、歌を歌いながらさまざまな手遊びを行います。

子どもにたくさん触って、話しかけて。

子どもが大きくなってもできる手遊びがいっぱいです。



②ミニ講座

この日は、外出時の熱中症対策や水分補給などの夏の過ごし方や、誤飲など赤ちゃんならではの事故予防について保健師が解説していました。（※月によって内容が変わります）

助産師、管理栄養士、歯科衛生士、保育士、子育て支援者がゲストで来る日もあります。

③みんなでお話

お母さん同士や支援員さんとわいわいお話します。

いろいろな月齢の赤ちゃんがいるので、わが子の成長を実感したり、あと数ヶ月したらこんな感じになるのかなと思ったり、同月齢のお母さんとは悩みを共有したり、育児情報を交換したりと、みんな楽しそうにお喋りしています。



お母さんたちにインタビュー！

Q.なぜ赤ちゃん教室に参加しようと思ったのですか？



- 引っ越してきたばかりのとき、地区センターに立ち寄ったらたまたま赤ちゃん教室を開催していたので。
- 家や実家にずっといると子どもの比較対象がいなくて、自分の子どもの様子がどうなのかいまいちよく分からなかったから。
- 実家が遠くてあまりしゃべる人がいないので。
- 暇なので行こうかな、と軽い気持ちで。

Q. 参加してみてどうでしたか？

- 自分や子どもの体調や気分によって行くかどうかを自由に選べるのが良い。初めて参加したときは子どもも泣いていたけれど、次第に慣れてきました。
- ほかの子から刺激を受けて、できるようになることが増えている気がします。
- ほかのお母さんたちとたくさん話せて気分転換になりました。
- 赤ちゃん教室に行った帰りはよく寝てくれる！



参加してみよう！赤ちゃん教室

■開催時間

午前 10 時～11 時 15 分

■持ち物

おむつ・バスタオル・ミルク（ミルク用のお湯）等
（もえぎ野地域ケアプラザは靴袋・スリッパもご持参ください）

■その他

事前申込みは不要です。お近くの会場へ気軽にお出かけください。

参加できる会場は1つです。複数会場への参加はご遠慮ください。

事前に体調確認をお願いします。37.5℃以上の発熱や感冒様症状がある場合はご利用いただけません。（ご家族の方で体調不良がある場合も参加はご遠慮ください）

状況により、定員を設ける場合がございます。定員超過の場合にはお断りさせていただきます。ご了承ください。



各会場の運営状況については、青葉区ホームページよりご確認ください。

(https://www.city.yokohama.lg.jp/aoba/kurashi/kosodate_kyoiku/kosodateshien/kyoushitsu.html)

【問い合わせ】

青葉区福祉保健センター こども家庭支援課 子育て支援担当

電話：045-978-2456