



「ぼちぼち育自」受講者募集!

あなたは、育児を楽しんでいますか?

「ぼちぼち育自」は、毎日子育てを頑張っている保護者を応援するための5回連続講座です。ちょっと一息。自分だけの時間を作りませんか?たくさんのご応募、お待ちしております。



- 対 象 幼児をおもちの方、家庭教育に興味のある方
- 定 員 15人 ★託児あり(満1歳以上、要予約)
★お子さんをお連れでの受講はできません。
- 受講料 無 料 ★ただし、2回目小物作りの材料費として200円いただきます。



≪ プログラム・日程 ≫



開催場所：上野公民館

開催時間：10時～11時30分

回	開催日	テ ー マ	講 師
1	9月12日(木)	もっと写真が楽しくなる! フォトテクニック講座 日常の一コマを、お気に入りの写真に残したいですね。撮影した写真を持ち寄り、講師がポイントをアドバイスします。	市民大学「平成嚶鳴館」教員 廣瀬 美笑子 さん
2	9月26日(木)	暮らしを彩る手作り小物 ~折り紙のフォトフレーム~ いつも見ていたい写真を、素敵なインテリアに。折り紙を使って、写真もお部屋も引き立てるフォトフレームを作ります。	折り紙講師 滝澤 かほる さん
3	10月 1日(火)	フットセルフケアで心と体を整える 体の土台である足を、自分の手で癒しましょう。簡単に出来るセルフケア方法をお伝えします。	市民大学「平成嚶鳴館」教員 甲斐 栄美子 さん
4	10月10日(木)	こんな時どうする!? 乳幼児家庭の救命救急 小さいケガの手当から心肺蘇生法まで。いざという時、家族と自分を守る、救命法を学びます。	東海市消防署警防課
5	10月31日(木)	食事は心と体の栄養 ~食をたのしもう! 家庭でできる簡単おやつ~ 幼児の食事と栄養を学び、簡単なおやつ作りを実習します。	東海市健康推進課 指導栄養士 新海 美奈子 さん



QRコードから、ぼちぼち育自募集案内のEメール申し込みフォームへお進みください。または、下記申し込み先へ直接お申し込みください。電話でも受け付けます。



申し込み締め切り.....**8月30日(金)**

申し込み受け付け時間.....**9時~20時(上野公民館 休館日を除く)**



東海市立上野公民館
〒476-0002 東海市名和町南之山10-4
電話番号 052-603-0304

