

# 35歳からのはじめてママ 応援講座

受講料無料

～「今」を楽しむ子育て～

人生経験が多少長くても、はじめての子育ては誰しも希望と不安がいっぱい。とくにコロナ禍では子どもとの外出や相談も難しく、しんどくなっていませんか？  
同じ世代のママ同士、日ごろの心配事や悩みを共有したり役立つ知識を経ることで、今だからこそその子育ての喜びや楽しさを体感しましょう♪

日時 令和3年 10月7日・14日 木曜日 10時～12時 (全2回)

場所 クレオ大阪中央 (Osaka Metro 谷町線「四天王寺前夕陽ヶ丘」駅より 徒歩約3分)

対象 35歳以上ではじめて出産した、または妊娠中の女性

定員 15名 (応募者多数の場合は抽選)

締切日 9月28日 (火) 定員に満たない場合は締切を過ぎても申込を受付けます

一時保育 あり (6か月～就学前) ……要申込 ※子ども同室の参加はできません



1人1回につき、6か月～3歳未満 800円 ・3歳～就学前 500円



回	日程	時間	テーマ	講師
1	10月7日(木)	10:00 ～ 12:00	知っておきたい子育て情報&ママの健康	天王寺区保健福祉センター 保健師 長谷澤 朋美さん 子育て支援 保育士 高原 巳穂さん
2	10月14日(木)		はじめてママのための コミュニケーションのコツ	会話の泉 事務局長 コミュニケーション・サポーター 横山 由紀子さん

※申込方法は裏面をご覧ください。受講動機をご記入ください。

## 《開催にあたって》

新型コロナウイルス感染予防のため、参加者の方へ手洗いの推奨やマスクの着用、アルコール消毒薬の設置、会場の換気、プログラム内容の変更等の対策と配慮を行い開催いたします。また、状況により延期、中止させていただく場合もございますので、ホームページ等でご確認ください。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

主催：大阪市立男女共同参画センター中央館

指定管理者：大阪市男女共同参画推進事業体 (代表者：)

共催：天王寺区保健福祉センター

大阪市男女いきいき財団

正式名称 (一財)大阪市男女共同参画のまち創生協会