

毎日の子育て
正直しんどい・・・

ひとりで悩まないで！

どうやって子どもと
接したらいいの？

ふれあい子育てひろば つくしんぼ

子どもが同世代の
仲間がほしいなあ

こんな時みんな
どうしてるの？

1回だけの参加OK！参加費無料・保育付き

〈子どもと家族以外の人と話そう！〉

親子で少し遊んだあとは、子どもを預けて子育てのこと、生活のことなどあれこれおしゃべりします♪

7/25(火) 10時～11時30分

会場：生涯学習交流センター 101会議室

〈おうちでできる簡単ストレッチ！〉

講師：小西 倫代さん(ボディセラピスト)

身体をほぐすと心もほぐれる！自分でできるストレッチを学びます。

マスク下のだらけた表情筋にも喝！

8/10(木) 10時～11時30分

会場：生涯学習交流センター 201会議室

〈もったいない交換会& 〈つろぎ cafe〉

保育なし

開催時間帯出入り自由！80～160サイズのいらなくなった服や絵本をお持ちください。欲しいものがあればご自由に♪お茶も飲みます。

9/2(土) 10時～15時

会場：生涯学習交流センター 101会議室

〈どうする？子どもがいうことを 聞かない あんなとき・こんなとき〉

講師：君津市保育士

なかなか思いどおりにならないのが子ども。どんな心構えていたらいいの？対策は？

9/15(金) 10時～11時30分

会場：生涯学習交流センター 101会議室

〈もう限界！を迎える前に・・・ 公民館にショートステイ！〉

和室でゴロゴロしてもよし！好きな本を読むのもよし！疲れた心と身体を休めませんか。

10/4(水) 10時～11時30分

会場：生涯学習交流センター 和室2

〈パパ大活躍！ みんなでミニ運動会！〉

保育なし

広いお部屋で、みんなで体を動かします。パパのみの参加、ご家族での参加大歓迎です。

12/2(土) 10時～11時30分

会場：生涯学習交流センター 多目的ホール

【お申込・お問い合わせ】

君津市生涯学習交流センター（君津中央公民館）

TEL0439-50-3980 〒299-1152 君津市久保2-13-2

e-mail：kimitsu-k@city.kimitsu.lg.jp

申込用QR



子育てを1人きりで抱えていませんか？

「ふれあい子育てひろばつくしんぼ」は、1人で悩みながら子育てをしているみなさんの味方です。完璧な親なんてどこにもいません。

ほっと息をついて、まわりと助け合いながら一歩ずつ進んでいくためのきっかけに「ふれあい子育てひろばつくしんぼ」を使ってください。

1回だけの参加も大歓迎！

あなたの参加をお待ちしています。



対象

乳幼児の保護者

*パパ、ママ、おじいちゃん、おばあちゃんなど、保護者ならどなたでも参加可能です



定員

*7/25、8/10、9/15、10/4は定員20名
(保育定員15名)

*9/2、12/2は定員50名



お申込方法

○右のQRコード、電話、窓口いずれかの方法にてお申し込みください。

※不明な点等あれば、お問い合わせください。

○1回のみでの参加も可能です。

○定員になり次第しめきります



保育について

○7月25日、8月10日、9月15日、10月4日は保育があります。(9月2日、11月26日はありません。)

○地域のボランティア「保育協力者」が保育をしてくれます。

○概ね6か月以上のお子さんが対象です。

(6か月未満のお子さんは保護者の方と一緒に過ごしてください)

○保育の持ち物：おむつ、おむつ持ち帰り用のビニール袋、飲み物(ストロー式が扱いやすいです)、おやつ(1回分。あめ、グミ、ナッツはご遠慮ください。)、着替え1組