



子どもがすくすく育つこと。子育てにしあわせが増えること。

練馬区民設
子育てのひろば事業

プレパひろば

hikarigaoka purepa hiroba

通信

2018年 春号
vol. 1

マタニティ～赤ちゃんの
ママ・パパに向けたニュースレターです。

赤ちゃんのびのび
ママ・パパものんびり
くつろぎたい人も、
おしゃべりしたい人も
プレパひろばで待ってます♪



暖かく、風も日差しも気持ちの良い季節。
多くの方が新生活をスタートさせたのではないのでしょうか？
新しいこと・・・新しい場所、大人だってときどき。
産まれたばかりの赤ちゃんたちにとっても
目に映るものすべてが「はじめまして！」
きっと好奇心に満ちたまなざしで、すてきなことと
出会っていくのでしょうか。

初めての赤ちゃんとの暮らしはわからないことばかり！
泣いている理由はなに？どうして寝ないの？
うちだけ？私だけ？・・・だからこそ・・・
多くの人の手が子育てには必要だと思っています。
おうちの中で赤ちゃんのかわいらしさを独り占めせず・・・
どうぞ、気軽に寄ってみてね。
新しい出会いを楽しみに待っています～！

イベント情報

赤ちゃんと一緒に遊ぼう！ コミュニケーション講座

4月19日(木)
10:00~11:00

講師・助産師さん
予約不要・参加費無料

赤ちゃんと一緒に遊ぶってどうすればいいの？
よく言われる「声かけ」って何を言え
ばいいの？0歳児期に必要な赤ちゃん
との具体的な遊び。それが身体と心の
発達にどんな効果があるのかよくわか
る講座です。ぜひパパも一緒に！

コンサート リーディング♪

5月24日(木)
10:30~11:00

講師・森川美代子さん
予約不要・参加費無料

季節や月の行事に関連する絵本と音楽を
合わせての読み伝え。0歳の赤ちゃんでも
楽しめる絵本や日々の子育てをそっと
励まし癒してくれる大人向けの絵本とも
出会えますよ。ひろばで人気の講座です。

助産師さんに聞く！ おちんちん講座

5月29日(火)
10:00~11:00

講師・助産師さん
予約不要・参加費無料

母たちにとって男の子育児の謎！？
パートナーに聞いても「何もしなくてい
い」と言われるし・・・男の子の身体に
ついて不安や疑問、また、日々のホーム
ケアの方法について具体的に知る講座。
公開講座後は個別相談もあります。

はじめまして赤ちゃん♪ ママの産後ケア講座

6月8日(金) 10:00~11:00

講師・杉山さおりさん(理学療法士)
予約不要・参加費無料

産後ゆっくり休まなきゃいけない・・・具体的なケアって
ベルトをすればいいの？骨盤底の引き締めも含め妊娠・出産
で大きく変化した身体のケアの仕方を具体的に知る講座。

生後5か月までの
赤ちゃんとお
母さんが対象に
なります。

小児科医師に聞く！ 病気にならないホームケア ～熱中症編～

6月22日(金) 10:00~11:00

講師・荻島都岐さん(小児科医師)
参加費不要・参加費無料

発熱、下痢、発疹、鼻水、咳・・・受診したほうがいいのか？
そんな必要ない？いざ！というときの受診のめやすや適切な判断
と看護をするための具体的なお話です。夏になる前に熱中症対策
について具体的に知ることができますよ。