

# 育児教室

Together  
We Can!

場所 / 中野保健センター

時間 / 10:00～11:30

各回/8組 (先着)


## 4～6か月児向け

### 開催日程

2026 5 / 21 (木)  
 6 / 11 (木)  
 7 / 16 (木)  
 8 / 20 (木)  
 9 / 10 (木)  
 10 / 22 (木)  
 11 / 12 (木)  
 12 / 10 (木)

2027 1 / 14 (木)  
 3 / 11 (木)

### 内容

- ママパパ & BABY体操
- 離乳食の基本  
～実践と試食(保護者のみ)～
- "行ってみよう"子育て支援センター  
りんごっこ見学 

\*身長・体重の計測もできます\*

### 持ち物

フェイスタオル (体操で使います)  
※動きやすい服装でお越しください

リフレッシュタイム



見て!作って!わかる!




## 8～10か月児向け

### 開催日程

2026 4 / 17 (金)  
 6 / 5 (金)  
 8 / 18 (火)  
 10 / 15 (木)  
 12 / 9 (水)

2027 2 / 10 (水)

### 内容

- 赤ちゃんのお口のお話 
- 図書館より絵本の読み聞かせ
- 離乳食のおはなしと試食  
～手づかみ食べ・食べる姿勢～
- ベジチェック

\*身長・体重の計測もできます\*

食べるお口を育てる



食べる意欲を育てる



【お問い合わせ・ご予約先】

中野市 健康づくり課 母子保健係

☎ 0269-22-2111  
(内線385・388)

中野市公式LINEを登録

「子育て」のメニューから  
ご予約できます ▶

