

# ハッピー☆ママ 4回連続講座

参加無料

# 子育てはじめて ママのプログラム



～上矢部地域～

このプログラムは、赤ちゃんを迎えての新生活が始まったママのためのプログラムです。  
赤ちゃんとの過ごし方、家事の分担のこと、自分の時間の作り方など・・・  
困っていることや聞いてみたいことをみんなで話しませんか？  
お友達作りにも是非どうぞ！

2024 11/15・11/22・11/29 2025 1/10  
13:30～15:00 金曜日

## プログラムの紹介

- ・テーマに沿って毎回お話しします
- ・お子さんとのふれあい遊びや本の紹介、子育ての情報が得られます
- ・毎回同じ仲間と一緒に子育てについてお話しします

## 参加者の声

子どもと二人っきりで、夫以外の大人の人と初めて話せてうれしかった

私だけでなくみんなも同じような事で悩んでいることがわかりほっとしました

初めて出かけるきっかけになりました

### 対象

プログラム開始時  
生後1ヶ月から4ヶ月までのお子さんと、子育てがはじめてのお母さん

### 会場

上矢部地域ケアプラザ 多目的ルーム

〒245-0053 横浜市戸塚区上矢部町2342

最寄りバス停 上矢部地区センター前（神奈川中央交通）

### 定員

8組（最少開催人数 4組から）

最少開催人数に満たない場合は開催中止となります

### 申込

こくちーず(二次元コード)から受付  
※10/1(日) 9:30より受付開始



天候不良などでイベントが中止になることがあります。

とっとの芽HP「新着情報」をご確認の上、おでかけください。

お問い合わせ先

主催：戸塚区地域子育て支援拠点  
とっとの芽

☎045-820-2885

共催：上矢部地域ケアプラザ

☎045-811-2442

# ハッピー☆ママ 4回連続講座

参加無料

# 子育てはじめて ママのプログラム



～上矢部地域～

このプログラムは、赤ちゃんを迎えての新生活が始まったママのためのプログラムです。  
赤ちゃんとの過ごし方、家事の分担のこと、自分の時間の作り方など・・・  
困っていることや聞いてみたいことをみんなで話しませんか？  
お友達作りにも是非どうぞ！

2024 11/15・11/22・11/29 2025 1/10  
13:30～15:00 金曜日

## プログラムの紹介

- ・テーマに沿って毎回お話しします
- ・お子さんとのふれあい遊びや本の紹介、子育ての情報が得られます
- ・毎回同じ仲間と一緒に子育てについてお話しします

## 参加者の声

子どもと二人っきりで、夫以外の大人の人と初めて話せてうれしかった

私だけでなくみんなも同じような事で悩んでいることがわかりほっとしました

初めて出かけるきっかけになりました

### 対象

プログラム開始時  
生後1ヶ月から4ヶ月までのお子さん、子育てがはじめてのお母さん

### 会場

上矢部地域ケアプラザ 多目的ルーム

〒245-0053 横浜市戸塚区上矢部町2342

最寄りバス停 上矢部地区センター前（神奈川中央交通）

### 定員

8組（最少開催人数 4組から）

最少開催人数に満たない場合は開催中止となります

### 申込

こくちーず(二次元コード)から受付  
※10/1(日) 9:30より受付開始



天候不良などでイベントが中止になることがあります。

とっとの芽HP「新着情報」をご確認の上、おでかけください。

お問い合わせ先

主催：戸塚区地域子育て支援拠点  
とっとの芽

☎045-820-2885

共催：上矢部地域ケアプラザ

☎045-811-2442