2026年　とばファミリーサポートセンター子育て応援講座

子育てについて楽しく学びませんか？

どなたでもお気軽にご参加ください

健康福祉課子育て支援室 TEL 25-1184

子育てに役立つ話を聞いて地域の子育てを助ける活動をしてみませんか？子育て真っ盛りのかたや、子どもに関わる活動をしたいかたなど、さまざまな知識・技術を一緒に学びましょう！
(毎回お土産付き)



子育てを助けてほしいかた、助けたいかたの入会も大募集しています

No.	開催日	時間	講　座　名	講師
1	11月 5日(木)	10:00～10:30	「ファミサポって何？」 ～預りや送迎を通して、お互いが心温まる活動を目指しています～	とばファミリーサポートセンター アドバイザー　山本　道子
2		10:30～11:30	「ストレッチ体操」 ～子育てによる肩こりなどを解消する簡単ストレッチ～	体育指導員 岩橋　育美
3 ※	11月10日(火)	10:00～12:00	「おいしい、やさしいネパール料理」 ～昨年大好評！陽気なクッキング！～ 材料費300円、エプロンなど 	ビンドゥ・グルン
4	11月12日(木)	10:30～11:00	「鳥羽市の子育て支援と環境」 ～現状を聞き、様々な子育て支援を把握しよう～	鳥羽市健康福祉課 子育て支援室 寺田　有紀子
5		11:00～11:30	「親子のふれあい遊び」 ～絵本の読み聞かせ、工作や歌遊びなどを親子で一緒に体験～	鳥羽市子育て支援センター 保育士　杉江　志麻
6 ※	11月16日(月)	10:00～12:30	「子どもの栄養と食生活」 ～好きな食べ物を増やすコツ。講話と調理実習、試食～ 材料費:300円　持ち物:エプロン、三角巾	鳥羽市健康福祉課 子育て支援室 管理栄養士　小林　綾
7	11月19日(木)	10:30～12:00	「子どもと幼児の安全法」 ～乳幼児の気道内異物除去と心肺蘇生など～	日本赤十字・幼児安全法指導員 富内　直美
8	11月26日(木)	10:00～12:00	「クリスマスパン作り」 ～2種類つくります～ 材料費:200円 持ち物:エプロン、三角巾 	子育て応援!!0.1.2.3サークル 中村　愛子
9	12月 3日(木)	10:30～11:30	「楽しいリトミック♪」 ～音楽との素敵な出会い。五感を使い想像力、感性を育みます～	リトミック＆ピアノ講師 林　千里
10	12月10日(木)	10:30～11:30	「子どもの遊びと接し方」 ～親子で音楽遊び＆絵本、紙芝居を楽しもう～	保育子育てアドバイザー 五十子　洋子
11 ※	12月15日(火)	13:00～14:30	「気になる行動がある子どもの支援」 ～「困った子」を「困っている子」として見る～	鳥羽市社会福祉協議会 井村　裕
12	12月17日(木)	10:30～11:30	「助産師からみた子育て」 ～ふれあいをとおして～	産前産後ケア サポートハウスせいりき 助産師　勢力　美代
13 ※	12月23日(水)	10:00～11:30	「子どもの病気と対応について」 ～病気の基礎知識と対応方法を解説します～	医療法人童心会はね小児科医院 理事長　羽根　靖之
14	12月24日(木)	10:30～11:30	「交流会・クリスマスパーティー」 ～人形劇やプレゼントがあります～ 参加費:200円 	子育て応援!!0.1.2.3サークル
15 ※	令和9年 1月21日(木)	10:30～12:00	「子ども子育てを取り巻く環境」 ～どうして子育て支援が必要になったの？～	NPO法人三重みなみ子どもネットワーク 理事　秋山　則子
16	1月28日(木)	10:30～11:00	「子どもの防災」 ～子どもとの避難訓練や簡単な防災クッキングの紹介と試食～	子育て応援!!0.1.2.3サークル 防災士　山本　道子
17		11:00～11:30	「空き時間に活動してみませんか」 ～質問など受け付けます。サポーターも大募集～	とばファミリーサポートセンター アドバイザー　山本　道子

※託児申込必要講座…№3,6,11,13,15の1週間前までに申し込みが必要。他の講座は子どもと同席可能。

ところ　保健福祉センターひだまり2階・ひだまりホール

申込方法　名前・電話番号・希望の講座名を下記の電話、メールなどで申し込んでください。

申し込み・問い合わせ先

子育て応援!!0.1.2.3サークル（鳥羽市幸丘7-31）　アドバイザー山本道子
TEL 090-7953-7066　✉ toba0123@outlook.jp
健康福祉課子育て支援室　TEL 25-1184　FAX 37-7186



託児利用無料
全講座に
遊び場サポーターもいます