

イベント
 イベントは
 市内市外問わず
 参加ができます☆
 無料です☆

ピアノでリトミックイベント
 ピアノに合わせてリトミックを楽しもう☆
 2部制のイベントです。お子さんが参加しやすい方を
 申し込んでね☆各世帯ごとに申込みが必要です。
 日 時：5月2日(木)
 ①午前10時から10時40分
 対象：お座り〜よちよち歩きの子ども
 ②午前11時から11時40分
 対象：しっかり歩き〜3歳の子ども
 各先着15組
 申 込：4月26日(金) 正午から
 リラット特設サイトから電子申請受付

参加費無料!!
 市内の方が
 参加できます☆

子育てを楽しもう!
ねやがわちやいるどバスツアー
 魅力ある子育てスポットを、巡るバスツアー!!
 寝屋川市に転入してまもない子育て世代の皆さん同士の
 交流をしませんか?
 天気がいい場合は、打上川治水緑地公園で風食を
 食べたり、支援センターで遊びましょう♪
 (雨天の場合はリラットで風食です♪)
 日 時：①5月15日(水) 寝屋川公園駅コース
 ②5月29日(水) 寝屋川市駅コース
 いずれも10時から15時30分頃
 お住まいのエリアから近い出発点がおすすです♪
 対 象：市に転入して概ね1年以内の
 就学前の子どもと保護者 先着各7組
 持ち物：飲み物、弁当(月齢に応じてミルクや離乳食)
 レジャーシート、子どもの着替え、おむつ
 服 装：親子ともに動きやすい服、靴でお越しください
 (公園や施設で遊ぶ予定です♪)
 申 込：4月1日(月) 正午からリラット
 特設サイトから電子申請受付
 ※申込みの定員に達している場合は
 キャンセル待ちを申込みできます。
 秋には萱島駅と香里園駅出発のコースも
 あります☆

ぼくたち
 わたしたちに
 会えるかも!!

市内の方が参加が
 できます☆有料です。
 講座中の保育付(無料)
 先着12名までです☆

リフレッシュ講座

親子クッキング 親子で参加
 親子で辛いごま味の担々麵を作り実食をします☆
 野菜もとれて栄養満点☆
 日 時：5月7日(火) 10時から11時30分
 対 象：3歳から就学前までの子どもと保護者 先着6組
 持ち物：親子のエプロン、三角巾、タオル、飲み物
 申 込：4月30日(火) 正午から
 リラット特設サイトから電子申請受付

参加費500円

リラットキッチン 保護者のみ参加
 キンパ、チャプチェ、牛肉大根スープ調理と実食をしましょう☆
 ※4月と同じメニューのため4月に参加していない方が優先です
 日 時：5月14日(火) 10時から12時
 対 象：就学前の子どもを持つ保護者 先着8名
 持ち物：エプロン、三角巾、タオル、飲み物
 申 込：4月30日(火) 正午から
 リラット特設サイトから電子申請受付

参加費700円

ボディメイクピラティス 保護者のみ参加
 ボディメイクピラティスで引き締めBODYを手に入れよう!
 初心者の方も気軽にご参加いただけます☆
 日 時：5月15日(水) 10時30分から11時30分
 対 象：就学前の子どもを持つ保護者 先着12名
 持ち物：飲み物、タオル、動きやすい服装
 申 込：4月30日(火) 午前9時から電話受付

参加費200円

好きな香りを選ぼう☆
アロマハーバルソムロール作り 保護者のみ参加
 好きな香りや効能を考え、可愛いドライフラワーを選んで、
 自分だけの癒しアロマロールオンを作ろう☆
 天然100%品質のオイルを使用☆
 日 時：5月16日(木) 10時から11時30分
 対 象：就学前の子どもを持つ保護者 先着10名
 申 込：5月1日(水) 午前9時から電話受付

参加費600円

美容師直伝☆失敗しない! 前髪お家カット術 親子で参加 参加費200円
 美容師によるママでもできるお家前髪カットのコツのお話☆保護者の方による
 子どもとママの前髪セルフカットを実際にします☆お話の時は別室保育、
 カットの時は同室です。安全面を考慮し少人数ずつお呼びしカットします♪
 日 時：5月23日(木) 10時30分から12時
 対 象：1歳半から3歳までの子どもと保護者 先着8組
 持ち物：はさみ(散髪用、おさげさみ、いづれか工作用でも可)
 くし、念のためお子さんのお着替え、好きなおもちゃ
 申 込：5月8日(水) 午前9時から電話受付

参加費400円

離乳食のトリセツ〜後期食〜 親子で参加
 基本的なおだしの取り方、離乳食の食材の選び方などのお話と実食をします♪
 同室に保育のスタッフがいます☆おもちゃで遊んで過ごしましょう☆
 日 時：5月27日(月) 10時から11時30分
 対 象：後期食を実食している子どもと保護者 先着6組
 持ち物：お子さんのエプロン、飲み物、使い慣れたスプーン
 申 込：4月30日(火) 正午から
 リラット特設サイトから電子申請受付

参加費400円

リフレッシュ講座電話受付 (TEL) 072-800-3862 9時から17時30分まで(土日祝を除く)

美味しいコーヒーの淹れ方講座 保護者のみ参加 参加費400円
 美味しいコーヒー豆の選び方や美味しく淹れる方法のお話と講師が淹れた
 コーヒー3種類の飲み比べができます♪淹れる体験もできます★
 講師は寝屋川焙煎所の方です♪
 日 時：5月29日(水) 10時から11時30分
 対 象：就学前の子どもを持つ保護者 先着10名
 申 込：5月9日(木) 午前9時から電話受付

妊婦教室

はぐくみベビー
 助産師による、赤ちゃん人形を使っっての沐浴指導や、パパの妊婦体験など
 妊婦さんお一人ごと参加もお待ちしております♪
 日 時：5月18日(土)
 【午前】10時から12時 【午後】13時30分から15時30分
 対 象：市内在住もしくは里帰り出産の
 妊娠5か月以上の妊婦とその家族 各先着10組
 持ち物：母子健康手帳、バスタオル2枚、
 フェイスタオル、ガーゼハンカチ、筆記用具
 申 込：5月1日(水) 正午から
 リラット特設サイトから電子申請受付

マタニティクラス
 助産師による、お産ってどんなもの?陣痛との上手な付き合い方、
 母乳育児のお話、授乳体験を行います♪
 ご家族のご参加もお待ちしております♪
 日 時：5月22日(水) 10時から11時30分
 対 象：市内在住もしくは里帰り出産の
 妊娠5か月以上の妊婦 先着10名
 持ち物：母子健康手帳、筆記用具
 申 込：5月1日(水) 正午から
 リラット特設サイトから電子申請受付

キッズ・スマイル・パークお誕生会

5月生まれさん集まれ!お誕生日をお祝いしよう☆自己紹介やお歌、
 ケーキの飾りつけ、フォトブースで撮影ができます☆
 日時：5月22日(水) 11時から11時15分開催
 ※イベント参加には入館料金が発生します。

ファミリー・サポート・センター依頼会員説明会

ファミリー・サポート・センターは、子育てを応援するために育児の援助を
 受けたい人(依頼会員)と、援助したい人(提供会員)を結び、地域での子育て
 支援を行う有償ボランティアの会員組織です。
 ◆オンライン依頼会員説明会 ※一週間前までに要予約
 日時：5月8日(水) 10時から
 ◆依頼会員説明会 ※前日までに要予約
 日時：5月25日(土) 10時から
 どちらも、約40分間の説明会後に面談をします
 申込及び問合せ：072-839-8817(月)～(土) 9時から16時