☆ベビー講座（全３回）☆

１月１９日（火）親子でリトミック

講師：音楽療法士　友常弥生氏

１月２６日（火）心をはぐくむ絵本とわらべうた

講師：藤沢市総合市民図書館　明治ヒッポの会

２月９日（火）ベビー３Ｂ体操

講師：日本３Ｂ体操協会公認指導者　松本清子氏

すべて午前１０時～１１時

月齢の近いママたちと交流でき、育児の不安やストレスが和らぎました

子どもにとって刺激になって良かったです



ベビー＆マタニティ講座

あたたかい雰囲気で体調も気遣っていただいて楽しかったです。子どもが生まれてからも他の講座に参加してみたいと思いました。



♡マタニティ講座♡

アロマの香りでリラックス！
クリームは、保湿、消炎（傷やあかぎれ）、かゆみ抑制に！

１月３０日（土）

アロマストレッチ＆ワークショップ

（アロマを使った万能クリーム作り（ミニ））

講師：フィットネスインストラクター　柳生紫訪子氏

午後２時～３時３０分

上のお子さんの保育あり（１歳～３歳児）

＊　感想は前回（2026 年 5 月～6 月）のアンケートから抜粋したものです

詳細は裏面をご覧ください

☆ベビー講座について☆

参加条件：すべての回に参加でき、
令和９年１月１９日時点で首がすわってから
ひとりで立ち上がるまでのお子さんと保護者

定員　：１５組（先着順）

参加費　：５０円（２月９日にお支払いいただきます）



♡マタニティ講座について♡

参加条件　：妊娠１６週から３２週の妊婦の方
参加にあたっては妊娠経過に異状なく順調で
主治医の許可が得られ、ご自身の責任で受講して
いただくことが要件となります

定員　：１５人（先着順）

参加費　：５００円（材料代　当日お支払いいただきます）

上のお子さんの保育　：１歳～３歳児　８人予約制

※マタニティ講座に空きがあれば、
ベビー講座参加者の方もお子さん連れで参加できます

どちらの講座も

応募対象　：市内在住・在勤・在学の方

開催場所　：明治市民センター（辻堂新町１－１１－２３）
辻堂駅北口徒歩７分

申込み期間：１２月１８日（金）午前９時～
下記二次元コードから、または市のホームページの
「明治市民センターの生涯学習事業案内」から
電子申請でお申込みください



明治市民センターの
生涯学習事業案内

問い合わせ：明治市民センター
0466－34－5660（平日9時～17時）