

家庭教育学級



家庭で知りたいあれ

家族でコミュニケーションをとりながら
今後も生かせる4つのコースで疑問を解決！

あれ？いつのまにか大人になってる…

【家庭でできる性教育コース】

5/22、6/5 いずれも水曜日
10:00～11:30

大切だけど、苦手意識を持ちやすい“性”について、家庭でもできる性教育の取り組み方やアイデアを助産師がレクチャー！



講師：工藤 有里

一般社団法人 矢島助産院 助産師・保健師

助産院にて、分娩を含む妊娠期から育児期のサポートの傍ら、保護者向け性教育講座「生の知(いのち)のお話会」を担当。3児の子育て中。

定員：20名 参加費：500円

これだけは知っておきたい！

【子どもの医学コース】

5/23、6/6 いずれも木曜日
10:00～11:30

誰もが一度は経験する子どもの自宅での初期対応や小児救急センターのかかり方について正しい知識を学びます。

講師：森岡 一朗

日本大学医学部 小児科学系小児科学分野 主任教授

小児科・周産期・臨床遺伝の専門医を有する新生児・小児診療の第一人者。専門は小児科学。特に新生児医学、小児感染症、成長・発達。

定員：20名 参加費：500円



それはおいしいぞ！

【パパのぱぱばクッキングコース】

6/1・15 いずれも土曜日
10:30～13:30

パパはキッチンに立っていますか？
成長期に必要な栄養を考えればぱぱっと作れる料理を紹介。



講師：渥美 まゆ美

管理栄養士・株式会社 smilemeal 代表

日々の生活で実践できるテーマで健康増進活動など料理教室や健康セミナーを開催。2児の母。

定員：20名

※第2回目は親子参加も可能

(3歳～小学生対象)

保護者1名につき子ども2名まで

参加費：1,500円(材料費含む)

※子ども1名追加につき500円頂戴します。

どれが好きな色？

【カラーコミュニケーションコース】

6/13・27 いずれも木曜日
10:00～12:00

インテリアから色を考え、色が子どもに与える影響を、ワークショップを通して学びます。

講師：株式会社 カラーワークス

多彩なペイントや壁紙を使って、色で生活を豊かにすることを提案。千代田区内でママ向けのカラーペイントワークショップも開催。

定員：20名

※第2回目は親子参加も可能

(3歳～未就学児対象)

保護者1名につき子ども2名まで

参加費：1,000円(材料費含む)



対象：千代田区在住・在勤・在学者、または区内在学の児童・生徒の保護者

会場：九段生涯学習館 ※【パパのぱぱばクッキングコース】のみ千代田区立スポーツセンター(千代田区内神田 2-1-8)

申込み：4/5(金)10時より(先着順・複数申込み可)

各コース初回1週間前の17時までに電話・FAX・ホームページより九段生涯学習館まで

【FAXの場合…コース名/氏名(ふりがな)/郵便番号/住所/電話番号/年齢/在勤・在学の方は勤務先・学校名/託児サービスを希望の方は、希望日・預けるお子さまの氏名(ふりがな)/月齢を記載】

託児：各コース初回2週間前の17時までに申し込みください※5/22時点で、満6か月～未就学児(無料)

- ◆お子さまの同伴はご遠慮いただいております。※【パパのぱぱばクッキングコース】【カラーコミュニケーションコース】の第2回目は親子参加可能
- ◆【パパのぱぱばクッキングコース】【カラーコミュニケーションコース】は、初回1週間前の17時以降のキャンセルは、キャンセル料が発生します。
- ◆天候や交通機関の運行状況およびその他の事情により、講座が中止、変更になる場合がございます。予めご了承ください。
- ◆ご本人さま以外の参加はお断りいたします。

主催
問合せ



千代田区立

九段生涯学習館

〒102-0074 千代田区九段南 1-5-10

ここを 買 み 明日 へ つ な ぐ

電話 03-3234-2841 FAX 03-3262-7460

ホームページ <http://www.kudan-ll.info/>





これだけは知っておきたい！
【子どもの医学コース】

第1回目

家庭での初期対応と小児救急センターの
上手なかかり方

子ども、特に乳幼児の急な発熱や嘔吐の場合に家庭でできる対処方法をレクチャー。また、どのような場合は小児救急センターを受診すべきかお話しします。

第2回目

予防接種って必要？
ワクチンや健診での素朴な疑問に答える

小児科医が予防接種や健診で受けることが多い質問やワクチンの必要性についてお話しします。



あれ？いつのまにか大人になってる…

【家庭でできる性教育コース】

第1回目

性教育ってなんだろう



自分にとって、子どもにとって性とは？最近の性をめぐるさまざまなことを取り上げながら家庭での性教育を考えます。

第2回目

私でもできる性教育を考える

参加者同士で困ったことや不安なことをシェアしながら、性教育のヒントを探します。「私でもできる！」と思えるアイデアも紹介。

2回目は親子参加OK!
それはおいしいぞ！

【パパの
ぱぱクッキングコース】

第1回目

計算不要！
見ただ目でわかる栄養バランス

ママも参加OK！

見ただ目で必要な栄養バランスがわかる方法を紹介！これさえ押さえれば、時短でラクチンな1年中アレンジできる和食を作ります。

第2回目

親子で挑戦！
おしゃれワンプレートランチ

お子さま次第で盛り付けが変わるおいしい、楽しい料理タイムを味わおう！



メニュー

第1回目

- ・365日メニューに
困らない具沢山みそ汁
- ・簡単炊き込みごはん
- ・7月の照り焼き
- ・ラクチンごま和え

第2回目

- ・ふわふわかきたま汁
- ・にこにこハンバーグ
- ・ピンチョスサラダ
- ・雑穀ごはん
- ・動物グミ

託児サービス
無料！

2回目は親子参加OK!
どれが好きな色？

【カラー
コミュニケーションコース】

第1回目

子どもに与える色の効果

色の持つ力や基礎知識を、ワークショップを交えてレクチャーします。



第2回目

子ども部屋の色を実現する

子ども部屋の色を、身体に安心安全なエコペイントを使って、実際に壁に塗ってみます。