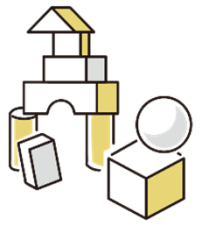


令和8年度

# げんきっこ教室



山口市では、小さく生まれたお子さんの育児支援やご家族同士の情報交換を目的に、『げんきっこ教室』を開催します。げんきっこ教室は、同じ経験をした保護者たちと『嬉しかったこと』『大変だったこと』『困っていること』等をお話するので、お互いに分かり合えることも多いはず。先輩保護者の意見も聞くことができます！

会場：山口市保健センター2階和室（糸米二丁目6番6号）

時間：毎回 午前10時から11時30分まで（受付9時45分から）

対象：小さく生まれたお子さんとその保護者（保護者だけの参加も可能です！）

開催日	テーマ	内容
6月22日(月)	「親子ふれあい遊び」	★保育士と一緒にふれあい遊びをしましょう♪ 保護者同士、聞いてみたいことや育児について困っていること等話して、情報交換やお友達づくりの場にしましょう！
7月23日(木)	「おうちでできる！ 遊びと発達の話」	★お子さんの成長で注目して欲しい点や、気になる行動の改善アドバイス、発達を促す遊びについて、こどもリハビリの観点から作業療法士にお話してもらいます♪
8月27日(木)	「子どもの食事と おやつ」	★管理栄養士が、お子さんの成長に合わせた離乳食や幼児食の進め方についてお話しします。食事について、気になっていることを聞いてみましょう！ちょっとした試食もありますよ♡
9月29日(火)	「座談会」	★げんきっこ教室の先輩、「のびっこ」さんとのお話会です！ ゆったりとみんなでお話ししませんか？
10月20日(火)	「交流会&記念アート」	★9月に引き続き、楽しくお話しをしながら、教室参加の記念として、オリジナル記念アートを作りましょう♪

子どものこと、自分の気持ちを、お話しませんか？



## ☆安心して参加できます



- ・保育士がいるのでお子さんの見守りを行います。
- ・保健師・助産師がいるので育児や授乳についての相談もできます。
- ・ご希望の方は身体計測をしますので、お子さんの成長を知ることができます。
- ・毎回保護者同士の交流の時間があるので、他の保護者とゆっくり情報交換をすることができます。
- ・移動面で「階段の上り下りが心配だな」等、思われる方は、スタッフがお手伝いさせていただきます。お気軽にお声がけください。

## ☆参加者のご意見



- ・育児に漠然とした不安がありましたが、少しずつ解消されています。
- ・教室に参加したことにより、イベントに対してのハードルが下がり、いろんなことにチャレンジする気が起きました。また、教室をきっかけにママ友が増えました。
- ・子どもの発達の手助けになるよう、家で気を付けてみるできるようになりました。
- ・月齢のわりに小さく、発達も進んでいない我が子に対して、何か言われるかと思い、外に連れ出せなかったが、未熟であっても可愛い我が子であることに変わらないことを再確認でき、色々な所へ連れて行ってあげようと思えました。
- ・早産や未熟児といった、日頃なかなか共感してもらえない内容の相談を気軽にすることができ、同じ悩みを持つお母さん方とお話する機会はとても貴重でありがたかったです。

### 【教室の様子】



参加ご希望の方は、子育て支援アプリ「やまここby母子モ」からお申込みをお願いします。  
年度途中の参加や、都合が合う日だけの参加もお待ちしています！

子育て支援アプリ「やまここby母子モ」からWEB予約  
(24時間いつでも予約可能)

\*住所とメールアドレスが登録されていないと予約ができませんので  
ご注意ください。



問合せ先 山口市子育て保健課(山口市こども家庭センター) TEL:083-921-7085