

1月12日（火）より受付開始！

芝浦両親学級

妊娠中、育児中のママとパパが夫婦揃って参加できるイベントです。

全回を通して、離乳食にも使い回せる料理講座、試食付きですので、お昼ご飯も楽しみにいらしてください。

第1回 2月13日（土） 各回とも
第2回 3月6日（日） 11時～13時
第3回 3月13日（日）

対象…妊娠中、育児中の（0～2歳位のお子さんをお持ちの）
ママとパパ

※1回のみ、または2回のみ申し込み可
※ママまたはパパだけの申し込みも可
（両親で参加できる方、全回参加の方優先）



2/13

保育締切日：2/3(水)

パパも
チャレンジ
料理レッスン

3/6

保育締切日：2/25(木)

子どもの
救急対応
Q&A

3/13

保育締切日：3/3(木)

スキンタッチ
健康法

会場：港区立男女平等参画センターリーブラ2階 料理室

参加費：各回 各人600円（料理の材料費として）

※初回時に参加分をまとめて集金いたします。

定員：18名（9家族、事前申込制 先着順）

申込：Eメールで ※詳細は裏面を参照ください。

保育：定員あり、先着順、1歳以上未就学児まで

※お子さんが0歳、かつ両親揃ってのご参加の場合、同伴入室で参加ください。お子さんが0歳で、ママのみまたはパパのみで参加の場合は、ご相談ください。

※各講座日の10日前を、保育申込の締め切り日とさせていただきます。

企画・運営：ランウェイ

ランウェイ

医療者と食の専門家、そして仕事、家事、育児をがんばるパパ、ママと様々な知恵を共有できる場づくりの活動を行っています。

活動に興味のある方、仲間を随時募集中です！

第1回 2/13

パパとママでタコライス、じゃがいも餅、かぼちゃのポタージュを作りましょう！料理実習を通して、ママ友、パパ友を作ってください。
保育：10:45～13:15

第2回 3/6

前半は、子どもの急病の時の対応法を学び、その後講師の料理の試食（肉豆腐、小松菜のお浸し、沢煮椀）を通して、交流を深めます。
保育：10:45～13:15

第3回 3/13

前半は、スキンタッチを通して、子どもの体調の整え方を学び、その後は、講師の料理の試食（塩サバの南蛮漬け、さつまいもご飯、常備菜）をお楽しみに。
保育：11:45～13:15

<講師プロフィール>

全回：児玉 奈央さん（料理講師）料理レッスンを開講。家計にやさしい、等身大の料理を伝えている。

3/6：齋木 啓子さん（家庭医）ふれあいファミリークリニック院長。赤ちゃんからお年寄りまで、幅広い世代の方々の健康を担う。

3/13：大下 義武さん（鍼灸師）おおした鍼灸院院長、4児の父であり、簡単で気持ちよい子どものつぼ健康法「親子スキンタッチ教室」を開催。

申込方法

- 1/12（火）からEメールにて受付けます。申込はリーブラ宛ではなく、下記の団体宛にお申し込みください。
- メールタイトルに「講座申込」と書き、下記の必要項目を記入の上、送信してください。
- 必要項目「参加ご希望の日にち、参加人数、氏名（ふりがな）、港区在住/区外在住、年代、電話番号、Eメールアドレス、妊娠中の方は妊娠週数、お子さんの名前と2/13時点の年齢（○歳△ヶ月）」
※参加人数について：両親で参加される場合は2名
※氏名について：ママ・パパそれぞれのお名前を記入
- 保育ご希望の方は、次の内容を追記してください。「ご住所」（託児利用票を郵送します）
- Eメール受信後、当方より確認の連絡をさせていただきます、受付完了といたします。

会場

港区立男女平等参画センター リーブラ
東京都港区芝浦1-16-1 みなとパーク芝浦



- JR「田町駅」東口（芝浦口）徒歩5分
- 地下鉄浅草線・三田線「三田駅」A6出口 徒歩6分
- ちいバス 芝浦港南ルート「芝浦一丁目」徒歩4分
- 都営バス（田92・99）「田町駅東口」徒歩7分

申込・問い合わせ先

企画・運営：ランウェイ 村田

Eメール：info@runway-jp.com

TEL：03-5421-7442

※お電話に出れないこともございますので、緊急時以外は、Eメールにてお問い合わせください。

個人情報保護方針：皆様からお預かりする個人情報に関して、お申し込みの講座運営およびそれに関わるご連絡以外の目的には使用しません。また、皆様の個人情報を無断で第三者に提供することはありません。