

芝浦両親学級・高輪父親学級

妊娠中、育児中のママとパパが参加できる講座です。

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5日(日) 各回とも
第2回 2月12日(日) 11時~13時
第3回 2月19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
※第3回は、パパ・プレパパのみ参加可能
※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での申し込みも可(両親で参加できる方、全回参加の方優先)



2/5(日)

☆スキンタッチ
健康法
☆お出汁について

保育締切日:1/26(木)

2/12(日)

☆かかりつけ医の
見つけ方
☆スパイスについて

保育締切日:2/2(木)

2/19(日)

☆虫歯予防と食育
☆砂糖について

保育締切日:2/9(木)

2/5、2/12会場:港区立男女平等参画センター
リーブラ2階 料理室

2/19会場:白金台いきいきプラザ集会室E(洋室)

参加費:各回 各人800円(料理材料費+資料代)
※初回時に参加分をまとめて集金いたします。

2/5、2/12定員:24名
(12家族、事前申込制 先着順)

2/19 定員:14名(パパのみ申込可)

申込 & 問合せ: Eメールで info@runway-jp.com

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、同伴入室でご参加ください。
※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

<申込方法>

- 1/4(水)からEメールにて受け付けます。申込はリーブラ宛ではなく、ランウェイ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2/5(日)時点の年齢(○歳△ヶ月)」
※2/19(日)の回はパパのみ参加可能の講座です。
※氏名について: ママ・パパそれぞれのお名前を記入ください。
- 保育ご希望の方は、ご住所を追記してください。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、受付完了といたします。

第1回 芝浦両親学級 (2/5)

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、後半はお出汁について学びましょう。料理の試食（肉豆腐、ほうれん草のごま和え・雷汁）をお楽しみに。

保育：11:45～13:15

第2回 芝浦両親学級 (2/12)

前半は医療機関の選び方をアドバイス。後半はスパイスについて学びましょう。料理実習（タコライス、きのこのクリームシチュー）を通して交流を深めます。

保育：10:45～13:15

高輪父親学級（2/19）

3歳までは甘いものを避けたほうがいい理由を歯科医師がお話します。後半は3つの砂糖をご紹介します。料理の試食（塩サバの南蛮漬け・さつまいもごはん・ひじきの煮物）を通してパパ同士で顔なじみを作りましょう。

保育：10:45～13:15

<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。

2/5：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。

2/12：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。

2/19：福山 愛 さん（歯科医）六本木駅前歯科 副院長。広島大学歯学部卒業、一般歯科・小児歯科・矯正歯科。3歳児の母。

2/5、2/12(日) 芝浦・両親学級 会場

港区立男女平等参画センター リープラ
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
- ・都営地下鉄浅草線・三田線「三田駅」A6出口 徒歩6分
- ・ちいばす 芝浦港南ルート（田町駅東口行）「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

2/19(日) 高輪・父親学級 会場

白金台いきいきプラザ
東京都港区白金台4-8-5



- ・地下鉄南北線・三田線「白金台駅」1番出口 徒歩1分
- ・都営バス（品93・橋86・黒77）「白金台五丁目」徒歩2分
- ・都営バス（品93）「白金台駅前」徒歩2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ございません。