
「金沢区幸せお届け大使」
ぼたんちゃん

金沢区みんなで子育て

2025年 上期

# かなざわっこを共に育む応援プロジェクト

金沢区内で子育てを応援して下さっている方に向けて、今年度も３つの講座を企画しました。
すでに活動をされている方、子育て支援に興味のある方、何かはじめたいと思っている方も是非ご参加ください。

※各講座の詳細は裏面をご参照ください。



## 健康促進に関する講座

### 「歩行姿勢測定会＆健康に関するプチ講座」

【日　時】8月29日(金)　①9:30～10:30　②11:00～12:00
（各回同じ内容・15 分前から受付）
【会　場】金沢八景 YMCA　室内ホール
横浜市金沢区瀬戸 23-21（金沢八景駅（京急）より徒歩 6 分）
【指導者】瀬戸俊孝さん（横浜 YMCA/健康運動指導士 ）
【定　員】各回　20人程度
【持ち物】動きやすい服装、タオル、室内履き（外靴可・靴底を拭いて持参）

WEB 申込はこちら

## 生活を豊かにするお楽しみ講座

### 「アロマ講習会　～心地よい香りを楽しむ～」


写真はイメージです

【日　時】9 月 12 日(金)　①9:30～10:30　②11:00～12:00
（各回同じ内容・15 分前から受付）
【会　場】金沢区役所 6 階 2 号会議室
【講　師】岩本明子さん
（日本アロマ環境協会認定アロマセラピスト/アロマインストラクター金沢区「街の先生」）
【定　員】各回　15人程度

WEB 申込はこちら

## 子育て支援に関するスキルアップ講座

### 「発達障がいのある子どもたち　～特性と支援～」

【日　時】9 月 18 日(木) 10:00～11:30
【会　場】金沢区役所 5 階健診室 AB
【講　師】田沼美穂さん（横浜 YMCA/特別支援教育士）
【定　員】50人

WEB 申込はこちら

## 申込み

7 月 15 日(火)9 時より Web、お電話、FAX、または直接来館にて

※Web 申込の場合、受講希望の講座それぞれに申込が必要です。
※保育はありません。

金沢区地域子育て支援拠点「とことこ」　(火～土／9:00～17:00)
☎ 045-780-3205 (担当:安田)

【主催】金沢区地域子育て支援拠点「とことこ」　【共催】金沢区役所こども家庭支援課
【協力】(公財)横浜ＹＭＣＡ

# 各講座内容のご案内

## 健康促進に関する講座



### 「歩行姿勢測定会＆健康に関するプチ講座」

歩行姿勢測定でご自身のクセが見つかります。
健康に関するプチ講座、いすに座ってできる簡単筋トレ&ストレッチ等バランスのとれた歩行姿勢を維持する為のポイントもご紹介します。

※歩行姿勢測定は、約 6m を歩いていただきます。
　個々の歩き方の特徴、傾向、歩行年齢がデータとして出ます。




## 生活を豊かにするお楽しみ講座

### 「アロマ講習会　～心地よい香りを楽しむ～」

アロマに関するお話を伺った後、サシェ(香り袋)を作成します。
普段頑張っているご自分に香りのプレゼントはいかがでしょう💓

～講座の流れ～

1. アロマテラピーについて
2. 疲れや緊張を解す香りの紹介
3. サシェ(香り袋)を作成



写真はイメージです

## 子育て支援に関するスキルアップ講座

### 「発達障がいのある子どもたち　～特性と支援～」

発達障がいという言葉はよく耳にします。どんな障がいなのか、そして、どんな支援が必要なのか「基本の基」をお話ししていただきます。

## 「かなざわっこを共に育む応援プロジェクト」

～「できる時にできること」地域で子育てのお手伝いしてみませんか？～

区内で子育て支援活動をされている団体や個人、これから子育て支援活動をはじめたいと考えている方々を対象に、スキルアップのための講座などを開催しています。

★「かなざわっこを共に育む応援プロジェクト」３つの講座★

- ●子育て支援に関するスキルアップ講座
- ●健康促進に関する講座
- ●生活を豊かにするお楽しみ講座

※講座に参加していただいた方に子育て応援ボランティアのご案内をさせていただきます。

「とことこ」ホームページもご覧ください

金沢区内の子育て情報は …
＃金沢っこ