

長崎市×トムテのおもちゃ箱
コラボ講座!!

初産婦さんへ最新子育てサポート情報をお届け!

フ。レママカフェ

～育児を楽しむためのスタート講座～



子育て支援センターの
見学もできます!

これから始まる赤ちゃんとの暮らし。

「楽しい」もたくさんあるけど、
育児の「どうしよう?」もはじまります。
あなたがあなたらしく育児を楽しむために、
知っておきたい、リアルで確かな
産後サポートをお伝えする講座です♪
遠方の方やパパと受講したい方のために
オンラインでも開催します。
ぜひ、ご参加ください♪



【開催日】※お好きな日にちをお選びください。(連続講座ではありません)
※新型コロナウイルス感染症拡大予防のため、オンライン開催となる場合があります。

5/23(日) 6/18(金) 7/11(日) 8/20(金) 9/12(日) 10/15(金)

場 所: 上長崎地区ふれあいセンター 新大工電停すぐ!
長崎市片淵1丁目13-13

時 間: 10:30~12:30 (受付開始/10:15)

対 象: もうすぐママになる方

人 数: 各回8名程度

参加費: 無料

With プレパパ /
オンライン版
ミニフ。レママカフェ



Zoom生配信!

20:00~20:45

5/29(土) 7/17(土)
8/28(土) 10/30(土)

◎お申込みの方には視聴用の
URLを送信いたします。

ウラも
Check!



お申込みはこちら

①下記QRコードまたは②電話で受け付けます。



<https://ws.formzu.net/dist/S2056661/>

◆必要事項を入力し、送信してください
◆tomute.premama@gmail.com からのメールが
受信できるように設定をお願いします。

②電話 095-829-1270 (長崎市子育て支援課)



この事業は「令和3年度 長崎市提案型
協働事業」として、一般社団法人「トムテの
おもちゃ箱」と長崎市子育て支援課が協働
して実施しています

【事業の内容に関するお問い合わせ】

一般社団法人 トムテのおもちゃ箱

Mail tomute.premama@gmail.com

トムテホームページ



おすすめのポイント

- 1 産後すぐから利用OK♪先輩ママの話が聞ける♪
子育て支援センターの見学
- 2 抱っこひもや肌着、おもちゃ等
育児グッズの展示
- 3 お茶を飲みながらゆっくり♪
参加者同士の情報交換タイム

『フレママカフェ』は、あなたがあなたらしく

育児を楽しむために、知っておきたい

リアルで確かな産後サポートをお伝えする講座です♪

もっと詳しく➡



もってこ〜い市民力9月
「一般社団法人 トムテのおもちゃ箱」

フレママカフェ 受講者の声

支援センターの雰囲気がよくて、小さい乳児でもこれというのが、出産後とても心強いと感じました。

実際に子育てをしている方のお話を聞いて、産後の生活を具体的にイメージできました。

とてもためになり、また安心にもつながりました。

サポート体制が充実しているので活用したいです。今後のイメージが明るく前向きなものになりました。

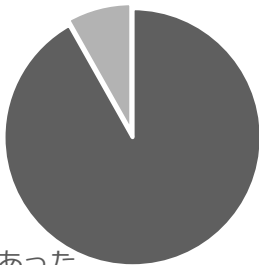
支援センターを見学できたので、子どもが生まれてから行きやすくなりそう。



先輩ママに 聞いてみた！！

上長崎地区子育て支援センター「もりのクレヨン」のママ50人にアンケート♪

Q.出産後、困ったことがあった？

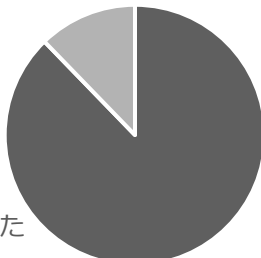


■ 困ったことがあった

◇◇困ったことランキング◇◇

- 1位・・・泣き止まない、寝ないので休めない
- 2位・・・相談できる人、頼れる人がいない
- 3位・・・授乳について
- 4位・・・何が正解か分からない
- 4位・・・自分の体調(腰痛・乳腺炎など)
- その他
 - *子どもとの外出、遊ばせる場所
 - *赤ちゃんの体調、安全
 - *ネットの情報が多すぎてかえって混乱した

Q.初産婦の頃、フレママカフェがあったら？



■ 参加したかった

◇◇“参加したかった”と思った理由◇◇

- * 事前に知っていればもっと早く利用して相談したり、他の子の様子も見ることで助かったと思うから。
- * 実際に施設を見学できると利用しやすくなりそうだから。
- * 同じ境遇の人と話をしてみたかったから。
- * 相談できる場を増やしておきたかったから。