

高輪 ほっとひといき 子育て交流 COCO

予約制



1月

のプログラム

高輪地区在住の主に1歳未満のお子さんと保護者の交流の場です。
ミニ講座（20分程度）・情報交換・育児相談等をおこないます。
保育士や専門講師がおりますので、お気軽にご参加ください。



日程	時間	ミニ講座（講師）	場所	対象	定員
7日 (水)	10：15～11：45	赤ちゃん冬のスキンケア （保健師）	高輪区民センター 和室	スキンケアについて学びたい 保護者とお子さん	12組
15日 (木)	10：15～11：45	親と子どものベビーヨガ （ヨガインストラクター）	高輪児童館	お子さんと一緒に 体を動かしたい保護者	12組
17日 (土)	10：15～11：45	家族でスマホフォト講座 （フォトグラファー）	高輪区民センター 和室	ご家族での参加推奨 パパ・ママだけでもOK	12組
23日 (金)	10：15～11：45	ベビーリトミック （リトミック講師/保育士）	高輪区民センター 和室	リトミックを楽しみたい お子さんと保護者	12組

対 象 高輪地区（三田4・5丁目、高輪、白金、白金台）にお住まいのお子さんと保護者
*今月は2025.1月生まれ～2026.1月生まれのお子さまとが対象となります。

内 容 ミニ講座・情報交換・身体測定・育児相談 など

持ち物 バスタオル（敷物）2枚
※保護者は動きやすい服装でお越しください

申 込 12月7日から開催日前日正午までに
電子申請にてお申込み

※ 開始15分前より受付を開始いたします。
※ 状況により、日時・内容を変更・中止する場合があります。
※ ご自宅で体温を測定してからご来所ください。
マスクの着用は個人の判断でお願いいたします。

会場の地図や申込方法は
港区ホームページにて
ご覧いただけます。



講師紹介

ヨガインストラクター
青木麻衣子

ベビーヨガ講座を担当。
2015年NY滞在中にヨガに
触れ、帰国後から本格的に
ヨガをスタート。出産をきっかけ
に産前産後ヨガ、ベビーヨガを学び、現在は児童
館やオンラインを中心にヨガ講座を開催。
産後の不調を改善し、リフレッシュしたい方にお
すすめの講座です。



お問い合わせ

高輪 ほっとひといき



高輪地区総合支所 区民課 保健福祉係

03-5421-7085

港区では個人情報保護条例を遵守し、各事業を実施しております。どうぞ安心して事業にご参加ください。