

青葉台  
ラフル

市ヶ尾  
ラフルサテライト

# プレパパプレママの 子育てプチ体験

赤ちゃんのいる生活ってどんなだろう…

実際に赤ちゃんが生まれる前に体験しておくとお不安が安心に変わります

パパにもできるミルクづくり、  
おむつ替え、抱っこなどを  
体験する教室です



持ち物 母子健康手帳・緊急連絡先  
妊娠中は体調が不安定な場合があります。  
無理のないようご参加ください。

ラフル（青葉台）  
毎月第3土曜日  
14:00～15:30

ラフルサテライト（市ヶ尾）  
毎月第2土曜日  
14:00～15:30

申込：ラフル（青葉台）  
045-981-3306（火～土：9:00～17:00）  
横浜市青葉区青葉台1-4 6階

申込：ラフルサテライト（市ヶ尾）  
045-979-1360（火～土：9:00～17:00）  
横浜市青葉区市ヶ尾町1152-25 1階

青葉区地域子育て支援拠点ラフル（青葉台）、ラフルサテライト（市ヶ尾）は  
0歳から未就学の子育て家族が過ごすことのできる「ひろば」を開催しています  
子育て相談や子育て情報の収集もできます  
先輩パパ・ママが子どもと過ごす姿を見て話を聞くこともできます

