

# 40歳からのはじめてママ講座

## ～今だからこその子育てを楽しもう～

人生経験が多少長くても、はじめての子育ては誰しも希望と不安がいっぱい！  
将来のことや体力のこと、親のことも気になるし…。

同じ世代のママ同士、日ごろの心配や悩みを共有したり、役立つ知識得る  
ことで、今だからこその子育ての楽しさを体感しましょう！

日 時： 令和7年 **6月5日・12日・26日** 各水曜日・全3回  
**10時30分～12時**

会 場：クレオ大阪子育て館

(Osaka Metro 堺筋線・谷町線、阪急千里線「天神橋筋六丁目」駅③号出口から連絡)

対 象：40歳以上ではじめての出産をされた方

定 員：20名(多数抽選)

申込締切：5月25日(日)

◆申込方法は裏面をご覧ください◆



| 回 | 日 程                 | 時 間                 | テ ー マ                                           | 講 師                                                   |
|---|---------------------|---------------------|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| 1 | 令和7年<br>6月5日<br>(木) |                     | 心配も喜びも共有しよう！<br>～おとなママ出合いのワーク～                  | クレオ大阪子育て館<br>キャリアコンサルタント<br>／産業カウンセラー                 |
| 2 | 6月12日<br>(木)        | 10：30<br>～<br>12：00 | 知っておきたい<br>子育て情報＆ママの健康                          | 大阪市北区保健福祉センター<br>健康課 保健師<br>大阪市北区役所 福祉課<br>子育て支援室 保育士 |
| 3 | 6月26日<br>(木)        |                     | みんなで交流会<br>※保育室で行います。親子で参加可。<br>この日の一時保育はありません。 | クレオ大阪子育て館<br>キャリアコンサルタント<br>子育て相談 相談職員                |

### 参加者の感想

「みんな同じような悩みをもってるんだと安心しました。  
ひとりじゃないと思えました」  
「年の近いママさんと深い話ができて、心がすっきり  
しました。みんな40代という安心感はすごいです！」  
「保育士さんや保健師さんの具体的な話が分かりやすかった」

◇一時保育あり(無料・要事前申込)定員あり  
対象：3か月～小学3年生(多数抽選)  
◇講習会場へのお子様の入場はできません。

クレオ大阪子育て館  
ホームページ



主 催：大阪市立男女共同参画センター子育て活動支援館  
指定管理者：大阪市男女共同参画推進事業体(代表者：  
協 力：大阪市北区役所・北区保健福祉センター

 一般財団法人  
大阪男女いきいき財団 )