



子育て支援センターと〜ぶ



月	火	水	木	金
			1 SUNNYS' ENGLISH (要予約)	2
5	6 産後トータルケア (要予約)	7	8	9
12	13 親子ヨガ (要予約) (室場ふれあいセンターにて)	14	15 SUNNYS' ENGLISH (要予約)	16
19	20 親子体操 (要予約)	21	22 リトミック (要予約)	23
26	27 親子体操 (要予約)	28 身長・体重測定 (午前中のみ)	29 フラワーアレンジメント (要予約)	30

月	施設開放 (9:30~12:15/12:45~15:00)
火	サークル支援 (午前) / 育児講座 (午前) 施設開放 (9:30~12:15/12:45~15:00)
水	施設開放 (9:30~12:15/12:45~15:00)
木	サークル支援 (午前) / 育児講座 (午前) 施設開放 (9:30~12:15/12:45~15:00)
金	施設開放 (9:30~12:15/12:45~15:00)

フラワーアレンジメント (要予約) 10/29(木)

- ・時間 10:15~11:30 10組
(10時過ぎにお越しください。)
- ・場所 支援室

リトミック (要予約) 10/22 (木)

- *時間を確認して、お越しください。
- *①10:00~10:30 } 各10組 ①、②同じ講座内容です。
- ②10:30~11:00
- ・東部保育園 遊戯室 ・講師 堀内 幸江先生

親子体操 (要予約) 10/20,27(火)

A 10:00~10:40 B 10:50~11:30 各10組

場所 miraiと〜ぶこども園 遊戯室

講師 FIT SPORTS 吉田 聡氏

内容: マット遊び 対象: 2歳以上

- *保護者・お子様とも運動のできる服装
- *持ち物・有れば室内シューズ、飲み物、タオル

親子ヨガ (要予約) 10/13 (火)

- ・時間 10:30~11:30 8組
(10:20以降に入室してください)
- ・場所 室場ふれあいセンター 2階多目的ホール
西尾市室場町中屋敷152 ☎ (0563) 52-4699
- ・講師 鈴木由香里先生 ヨガインストラクター
- ・対象 未就園児
- ・持ち物 飲み物、運動できる服装
現地集合 現地解散 参加無料
- *保護者の方はマスクの着用をお願いします。
- *感染症予防のため予約制とさせていただきます。

SUNNYS' ENGLISH (要予約) 10/1,15 (木)

- ・時間 10:00~10:45 7組
- ・講師 杉山 幸子先生 ・場所 支援室

産後トータルケア (要予約) 10/6 (火)

バランスボールで楽しくエクササイズ

A 10:00~10:40 } 各6組 (9:50頃お越しください)

B 10:50~11:30 } (10:40以降にお越しください)

☆講師 鈴木 祥子 (すずき さちこ) 先生
産後ケアインストラクター

- *持ち物 汗拭きタオル、飲み物、動きやすい服装 (ジーンズ不可)
- ボールは、こちらで用意しております。
- ・生後3ヶ月から参加できます。