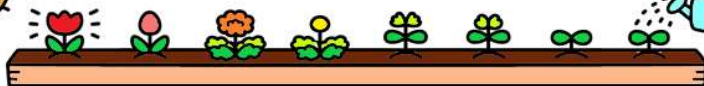




# 子育て支援センターと〜ぶ



月	火	水	木	金
			1	2
5	6	7	8 SUNNYS' ENGLISH 〈要予約〉	9
12	13 産後トータルケア 〈要予約〉	14 ★	15 SUNNYS' ENGLISH 〈要予約〉	16
19	20 親子体操 〈要予約〉	21 ★ 身長・体重測定 (午前中のみ)	22 リトミック 〈要予約〉	23
26	27	28	29 昭和の日	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)



★印の14日,21日の午前中は  
ボランティア保健師さんが来所しています。  
気軽に相談に来てくださいね。

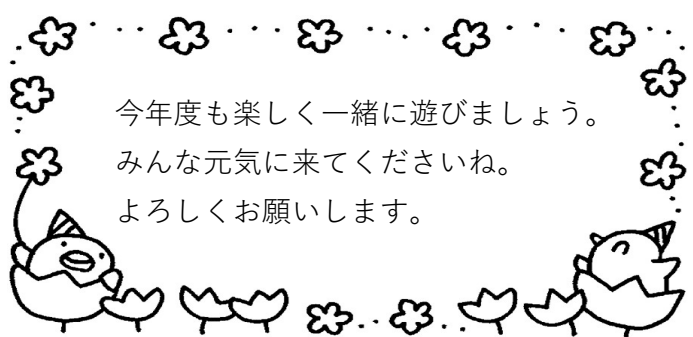
**SUNNYS' ENGLISH 〈要予約〉 4/8,15 (木)**  
・時間 10:00~10:45 7組  
・講師 杉山 幸子先生 ・場所 支援室

マスクの着用、支援室入室前に  
アルコール消毒と検温をお願いします。  
又、退出時も手指のアルコール消毒を  
お願いします。

**リトミック 〈要予約〉 4/22 (木)**  
\*時間を確認して、お越しく下さい。  
\* 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

**産後トータルケア 〈要予約〉 4/13 (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頃お越しく下さい)  
B 10:50~11:30 (10:40以降にお越しく下さい)  
☆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  
場所 支援室  
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。

**親子体操 〈要予約〉 4/20(火)**  
A 10:00~10:40  
B 10:50~11:30  
場所 miraiと〜ぶこども園 遊戯室  
講師 FIT SPORTS 吉田 聡氏  
内容: 親子ペア体操 対象: 2歳以上  
\*保護者・お子様とも運動のできる服装



今年度も楽しく一緒に遊びましょう。  
みんな元気に来てくださいね。  
よろしくお祈いします。