



# 子育て支援センターと～ぶ



子育て支援センターと～ぶ専用 ☎ 55-5801  
miraiと～ぶこども園 ☎ 52-1516

月	火	水	木	金
3日までお正月休みとなります。		4	5	6
9 <b>成人の日</b>	10 産後トータルケア (支援室にて) 要予約	11 ★ ホール開放日 (午前中遊戯室にて遊べます)	12 SUNNYS' ENGLISH (支援室にて) 要予約	13
16	17 親子体操 (遊戯室にて) 要予約	18	19 SUNNYS' ENGLISH (支援室にて) 要予約	20
23	24	25 ★ 身長・体重測定 (午前中)	26 2歳児サークル (支援室にて) 要予約	27 誕生会 (11:30より)
30	31	★印 11日.25日 (午前) ボランティア保健師さん来所 ※ホール開放日は保育園2階の遊戯室にて遊ぶことができます。		

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)



新しい年がスタートしました。  
年末年始はどう過ごされましたか？  
皆さんからの話を聞くのを楽しみにしています。  
本年も楽しく一緒に遊びましょう！

## 産後トータルケア〈要予約〉1/10 (火)

バランスボールで楽しくエクササイズ

- A 10:00~10:40 } 各7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)  
A,B 同じ講座内容です。

☆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〉1/17(火)

- A 10:00~10:40 } 各10組 A,B 同じ講座内容です。  
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: フラフープ遊び

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

## SUNNYS' ENGLISH〈要予約〉1/12, 19 (木)

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



新型コロナウイルス感染症拡大防止のため講座等が中止になる場合もあります。