

| 月                                                                                 | 火                           | 水                                   | 木                                                                | 金                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
|  |                             |                                     | 1 SUNNYS' ENGLISH<br>(支援室にて) 要予約                                 | 2 まめまき会                                                                              |
| 5                                                                                 | 6 親子体操<br>(遊戯室にて) 要予約       | 7                                   | 8 SUNNYS' ENGLISH<br>(支援室にて) 要予約<br>PM Helloプレママ<br>(施設開放はしています) | 9                                                                                    |
| 12<br>振替休日                                                                        | 13 産後バランスボール<br>(支援室にて) 要予約 | 14                                  | 15 リトミック<br>(遊戯室にて) 要予約<br>PM 0歳児サークル<br>(支援室にて) 要予約             | 16                                                                                   |
| 19                                                                                | 20 1歳児サークル<br>(支援室にて) 要予約   | 21 ★<br>ホール開放日<br>(午前中遊戯室にて遊べます)    | 22                                                               | 23<br>天皇誕生日                                                                          |
| 26                                                                                | 27                          | 28 ★<br>身長・体重測定<br>誕生会<br>(11:30より) | 29 2歳児サークル<br>(支援室にて) 要予約                                        |  |

|   |                                                          |
|---|----------------------------------------------------------|
| 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)<br>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)<br>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)                            |

※ホール開放日はこども園2階の遊戯室にて遊べます。

★印21日,28日(午前)ボランティア保健師さん来所

## 親子体操 〈要予約〉 2/6(火)

A 10:00～10:40  
B 10:50～11:30 } 各13組  
A,B 同じ講座内容です。

- ・ miraiと～ぶこども園 遊戯室
- ・ 講師 FIT SPORTS 松井勇人氏
- ・ 内容 バルーン遊び
- ・ 持ち物 汗拭きタオル、飲み物、動きやすい服装

## SUNNYS' ENGLISH 〈要予約〉 2/1, 8 (木)

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

## リトミック 〈要予約〉 2/15 (木)

- \* 時間を確認して、お越しく下さい。
- \* ①10:00～10:30 (0歳児向け) } 各15組
- ②10:45～11:15
- ・ miraiと～ぶこども園 遊戯室
- ・ 講師 堀内 幸江先生

## 産後バランスボール 〈要予約〉 2/13 (火)

バランスボールで楽しくエクササイズ

A 10:00～10:40 } 各7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 産後指導士
- 場所: 支援室 ボールは、こちらで用意しております。
- 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) ※生後3ヶ月から参加可



## 豆まき会 2/3 (金)

10時より園行事の豆まき会に参加します。