

子育ての合間のリフレッシュに!

## ママヨガ+おなか引き締めエクササイズ

3月3日(金)・4月14日(金)

※4/14はかんたんエアロになります

時間: 11:00~11:45

対象: 子育て中のお母さんならどなたでも  
(産後2ヶ月以上経過している方)

定員: 8名

参加費: 300円

講師: ヨガ インストラクター

浅貝 厚子 先生



## 親子でるんるん リトミック

3月17日(金)・4月21日(金)

時間: ①10:30~11:00 (6カ月~1歳児)

②11:10~11:50 (1歳児以上)

定員: 各時間10組

参加費: 300円

講師: リトミック研究センター

指導スタッフ 堀 克美 先生

親子で一緒にリラックス!

## ベビーマッサージ

3月13日(月)・4月17日(月)

時間: 11:00~11:50

対象: 産後2ヶ月以上~1歳未満

(子育て中のお母さんと赤ちゃん)

定員: 8組

参加費: 300円

講師: ベビーマッサージインストラクター

井上 依里子 先生



各プログラムの終了時より、次月の申し込みの案内開始となります。詳しくは別紙案内をご覧ください。直接児童館までお申し込み下さい。  
参加費は、お申し込みになったプログラム当日にご持参ください。定員になり次第締め切りますので、申し込み状況は児童館までお問い合わせ下さい。お電話での申し込みも受け付け致します!



## 幼児 ぽかぽかクラブ

2歳以上の幼児親子さん対象のクラブ(登録制)です! 親子のふれあい・子育ての情報交換の場・お友達作りの場に…。ぜひ、ご参加下さい!!



3月7日(火)

にこにこぽかぽか合同お別れ遠足

## 幼児 にこにこクラブ

1歳以上の幼児親子さん対象のクラブ(登録制)です!  
親子で一緒に過ごす時間を第一に考え、プログラムを実施しています。ぜひ、ご参加下さい!

3月7日(火)

にこにこぽかぽか合同お別れ遠足



## ~乳児クラブ~ ぴよぴよクラブ

0~2歳ぐらいまでの乳児親子さん対象のクラブを実施しています! 事前の申し込み・費用はいりません。初めての方も、ぜひ、お気軽にご参加下さい。

3月1日(水)…ふじびよんひろば~ひなまつり~(ぴよぴよクラブ)

スペシャルバージョン)※ミニひな人形をつくります

8日(水)・15日(水)…自由遊び、季節の手遊びなど

※15日は身体測定を行います

時間: 10:30~11:30

内容: 季節の手遊び・絵本の紹介・自由遊びなど

★★今年度は15日で最終となります★★



## 令和5年度 幼児クラブ登録について

現在申し込み受付中!

火曜日クラス対象: ぽかぽかクラブ(令和5年4月1日時点で2歳以上の幼児親子)

木曜日クラス対象: にこにこクラブ(令和5年4月1日時点で1歳~1歳11カ月の幼児親子)

クラブの実施内容: 季節の行事・親子のふれあい遊び・工作など

時間: 11:00~12:00頃

※詳しくは児童館までお問合せ下さい。



## 子育てほっと広場

児童館では、乳幼児連れの方を対象にいつでも自由に遊んで頂ける『子育てほっと広場』を実施しています。

10時から17時00分まで開館していますので、自由に遊びにきて下さいね!