

子育ての合間のリフレッシュに!

## ママヨガ+ボディメイクエクササイズ

9月9日(金)・10月21日(金)

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

9月2日(金)・10月7日(金)

時 間: ①10:30~11:00 (6カ月~1歳児以上)

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

9月26日(月)・10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(定員になり次第、締め切ります)

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。お電話でのお申し込みも受け付けいたします!

## ~幼児クラブ~ 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・お友だち作りの場に…。ぜひご参加下さい!

8月30日(火)…敬老のプレゼント作り

9月6日(火)…お店屋さんごっこ準備

9月13日(火)…水てっぽう遊び

9月20日(火)…お店屋さんごっこ

## ~幼児クラブ~ 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、プログラムを実施しています。ぜひご参加下さい!

9月1日(木)…敬老のプレゼント作り

9月8日(木)…お店屋さんごっこ準備

9月15日(木)…水てっぽう遊び

9月22日(木)…お店屋さんごっこ

## ~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おります! 事前の申し込みはいりません。初めての方も、お気軽にご参加下さい。

8月31日(水)、9月7日(水)、14日(水)、21日(水)、28日(水)

※9月28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



## 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いただける『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。

