

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8日(金)・10月20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: 10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1日(金)・10月6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20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11日(月)・10月16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29日(火)…敬老のプレゼント作り  
9月5日(火)…お店屋さんごっこの準備  
9月12日(火)…新聞遊び  
9月19日(火)…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30日(水)、9月6日(水)、13日(水)、20日(水)、27日(水)  
※8月30日、9月27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



## ~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!

8月31日(木)…敬老のプレゼント作り  
9月7日(木)…お店屋さんごっこの準備  
9月14日(木)…新聞遊び  
9月21日(木)…お店屋さんごっこ

## 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。

