

miniサロン

対象：0歳児をもつ母親と女性

10:30~12:00

今日はヨガも♡

☆☆ 初めて子育てをするお母さんや赤ちゃん女性さんで集まって和やかにおしゃべりをしています。2人目以降の赤ちゃんを子育て中のお母さんも来て下さいね。いっぱいおしゃべりをして気になることも解消できたり参考になる情報も聞けたりして赤ちゃん連れで安心して楽しめる場所です!!

お部屋を涼しくしています!

miniサロン

④プラス

ストレッチ&簡単ヨガde ママケア

講師：体メンテナンス協会

7/31(金)

片山朱音さん

持ち物：ヨガマットかバスタオル
水分補給ドリンク

服装：動きやすい服装(ジーンズ可)

ミニ講座付きのミニサロンです

女性さんにも竹です★

ママが元気じゃないと元気に子育てできない! 体の不調や気になるところを気持ちよくしましょう!

※予約がいります 定員10組

コミ★サロ

10:00~12:00



☆☆ 市内の公民館などでの地域の子育て支援サークルを訪問しています。近くにお友達や主任児童委員さんなど相談できる人を見つけるよい機会ですよ。

※ 今月コミサロはありません。地域の子育てサークルは開催されている所もありますので遊びに行ってみて下さい。

ふれあいサロン

対象：miniサロン対象以外

10:30~12:00

☆☆ お部屋で自由に遊んだり、歌や手遊びなどを楽しんだりします。

④ プール
水遊びもできます。

[参加の際のご協力をお願い]

- ・ご家庭などで検温して健康な状態であることを確認してご参加ください。
- ・お部屋に入ったら手洗いと消毒をして下さい。
- ・マスクの着用をお願いします。

☆☆☆ 2020						
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRY	SAT
21	22	23	24 mini サロン	25	26 子育て 講座	27
28	29	30 園庭 開放	1	2 mini サロン	3	4
5	6	7	8 mini サロン	9	10 リズムで 遊ぼう	11
12	13	14	15	16 ふれあい サロン	17 mini サロン	18
19	20	21	22 プール 開放	23	24	25
26	27	28	29 プール 開放	30	31 mini サロン	

