



★申込が必要な講座★

カレンダーに★のマークがある講座は、申込が必要です。  
 電子申請・電話・ひろばにある申込用紙のいずれかで、9/1～9/10までに申込願います。  
**定員があるものについては、締切日翌日以降受講できない方の方に連絡します。**

定員

8日(金) 13:30から	骨盤体操	産後の体の歪みからくるストレスや体調の変化を、骨盤体操で見直す講座です。大変人気の講座のため、初回の方が優先です。  対象：3歳未満のお子さんをもつ保護者 持ち物：水分補給できるもの。動きやすい服装でお越しください。 費用：無料 ＊託児はありません。  骨盤体操の申し込みのみ8/29～9/5までになります。	15組
12日(火) 10:30から	離乳食・幼児食 相談	離乳食・幼児食の悩みは、その子どもによってみんな違います。思ったように食べてくれない、どうやってすすめたら良いか、味付けがわからない等。離乳食・幼児食を作るちょっとしたヒントが見つかるかもしれません。  講師：管理栄養士 子育て応援企業TONTON 代表 早川 洋子さん 対象：乳幼児の保護者 費用：なし	10組
13日(水) 10:00から	みんなで リトミック	みんなでたのしくリトミックをしませんか？ 音楽に合わせて体を動かします。  対象：あんよができるお子さん(1歳くらい～) 音楽に合わせてたくさん体を動かします。 講師：鈴木葉子さん 持ち物：水分補給できるもの。動きやすい服装でお越しください。 ＊初回の方が優先です。	15組
19日(火) 11:00～ 12:00	プレママ事業  マタニティ リフレッシュ	ギターとオカリナの心地よい音色で、ゆったりとした時間をひろばで過ごしませんか？  対象：妊娠中のプレママ・プレパパ 持ち物：特になし 費用：無料	10組
19日(火) 13:30から	おっぱい相談	母乳育児の方を対象に個別相談をおこないます。 助産師さんと一緒にお話しませんか？  内容：母乳育児に関すること、卒乳に関すること等。 時間：個別に20分ずつ相談できます。 講師：青島助産師 会場：地域子ども家庭支援センター館 和室	3組

**ゆうた先生とあそぼう！20日(水) 15:00～**

子ども支援担当(みなみ野保育園)がひろばで手遊びや体操をします。  
 また、子育ての悩みや不安などもみなさんと一緒に考えます。  
 ★地域のひろばやイベントの案内もしてくれますよ！