



子育て支援センター
ねむのもい
高崎市吉井町池1151-1
ねむの木こどもの森内
支援センター直通
090-3336-7274



10月の予定



ねむのもいは未就園の乳幼児とお母さんが集う『遊びの場』です。
育児に関する知っておきたい知識や情報も提供しています。
一緒に子育てを楽しみましょう！



- 参加費は無料です。(講座により実費がかかることもあります)
- いつでも参加できますので、気軽にお出かけ下さい。
- お子さんの体調や生活リズムに合わせて遊びに来てくださいね！

	9:00~11:30	11:30~12:30 ランチタイム	12:30~14:30
月	りんご	どなたでも参加できます	
火	いちご		
水	りんご		
木	いちご		
金	りんご		

- * 月・水・金曜日の午前中はりんごの名札(2~3歳児)のお友だち、火・木曜日の午前中はいちごの名札(0~1歳児)のお友だちが対象です。
- * ☆のマークがある日は0歳~未就園のお友だち、どなたでも参加できます。
- 育児講座** 25日(火)10:00~予約制・助産師の佐藤さんによる母乳のお話です。
- 赤ちゃん教室** ☆13日(木)10:30~バスタオルを持参し、10分前にお越しください。
- 骨盤エクササイズ** 10月19日、26日、11月2日、9日(水)13:00~14:00 産後の骨盤矯正にいかがですか？予約制になります。
- 親子クッキング** ☆21日(金)10:00~予約制 対象・りんごの名札のお友だち 参加したい方は14日(金)までに予約をお願いします。
- マタニティサークル** 25日(火)13:00~14:00 材料費がかかります。アロマスプレーを作ります。初めての方も気軽にお越しください。
- 誕生会** ☆14日(金)10:30~ 10月生まれで誕生会に参加したいお友だちは事前に写真を撮りますので、遊びに来てください。申し込みは7日までです。
- 電車を見よう** ☆28日(金)11時頃の電車を見に行きたいと思います。10:30には出発したいと思いますので、余裕をもってお越しください。
- * 17日(月)と20日(木)は12:30まで、11月4日(金)は11:30~になります。
- * マタニティサークル、骨盤エクササイズのある日は12:30までの利用になります。
- * 今月のハンドメイドはエコクラフトのカゴ作りです。材料費がかかります。(作りたい方は第1, 3週に声を掛けてください。)

月	りんご	火	いちご	水	りんご	木	いちご	金	りんご
10/3	りんご 9:00~11:00	4	いちご 9:00~11:00	5	りんご 9:00~11:00 サーキット マットや平均台を使います 年齢に合った運動器具を使って体を動かしましょう	6	いちご 9:00~11:00 トンネル遊び 色々なトンネルを用意します	7	自由遊び
10	お休み	11	自由遊び	12	自由遊び ♪コーラス10:30~	13	いちご 10:30~ 赤ちゃん教室 持ち物・バスタオル 阿久津先生	14	10:30~ 誕生会 10月生まれのお友だちのお祝いしましょう
17	10:30~ 読み聞かせ (赤とんぼサークル) 12:30終了	18	自由遊び 第2期子育て講座② リラクゼーション 予約制	19	自由遊び 試食会・予約制 骨盤エクササイズ①	20	10:30~ どんぐり拾い 多胡碑に行こう 12:30終了	21	りんご予約制 10:00~ 親子クッキング さつま芋を使ったおやつ 持物・エプロン、三角巾
24	自由遊び	25	育児講座 10:00~ 母乳のお話 予約制 マタニティサークル アロマスプレー作り	26	自由遊び ♪コーラス10:30~ 骨盤エクササイズ②	27	10:30~ リラクゼーション ☆ママ対象自由参加 阿久津先生	28	10:30~ 電車を見よう みんなで歩いて電車を見に行きましょう (ベビーカー参加可)
31	9:00~11:00 折り紙 ママと一緒に栗を折ろう	11/1	自由遊び	2	自由遊び 骨盤エクササイズ③	3	お休み	4	11:30開所 自由遊び
7	りんご 9:00~11:00	8	いちご 9:00~11:00	9	自由遊び ♪コーラス10:30~ 骨盤エクササイズ④	10	いちご 10:30~ 赤ちゃん教室 阿久津先生	11	自由遊び

※ 携帯で「子育て情報配信」に登録すると、半月ごとにねむのもいの予定が配信されます。
下記のアドレス宛に空メールを送り、登録用メールから「育児」を選んで登録して下さい。
ys-mail@yoshiishakyo.or.jp 是非ご利用ください。