



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

ねむのもいは未就園の乳幼児とお母さん、お父さんが集う『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)のお友達が対象です。
*☆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 ☆2日(水)10:30~ 山田久琴先生による親子ピクスです。
☆7日(月)13:00~ 家族心理士の小松先生と育児について話しましょう。
はじめましての日 ☆15日(火)10:30~、13:00~
初めての方や数回しか利用したことのない方が対象の日です。
親子クッキング ☆25日(金)10:00~予約制、対象・りんごの名札のお友だち
持ち物・エプロン、三角巾、
誕生会 ☆30日(水)10:30~、23日(水)までに予約をお願いします。
4月生まれのお友達は事前に写真を撮りますので、遊びに来てください
骨盤エクササイズ 9,16,23,30日(水) 13:00~14:00
谷先生による骨盤体操です。産後にゆるんだ骨盤を引き締めませんか。
4回1セットになります。(参加費がかかります)

*マタニティ教室、骨盤エクササイズがある日は12:30までになります。
*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。)
*6月1,4,5,6,7日は午後から開所します。1,4,6日の午前中は公園で遊びます。



5月の予定



平成30年

月	りんご	火	いちご	水	りんご	木	いちご	金	りんご
30	振替休日	5/1 自由遊び		2 10:30~ 育児講座 ★親子ピクス ☆動きやすい服装で 山田先生		3 憲法記念日		4 みどりの日	
7	自由遊び 育児講座13:00~ ★家族心理士さんと話そう 小松先生	8 9:00~11:00 いちご 身体測定		9 自由遊び ♪コーラス10:30~ 13:00~ 骨盤エクササイズ①		10 10:30~ 赤ちゃん教室 持ち物・バスタオル 阿久津先生		11 9:00~11:00 りんご 身体測定	
14	自由遊び	15 10:30~、13:00~ ★はじめましての日 初めての方や、数回しか利用したことのない方が対象です		16 自由遊び 13:00~ 骨盤エクササイズ②		17 自由遊び 13:00~ 子育て講座(予約制) カラーセラピー		18 自由遊び 試食会(予約制)	
21 10:30~ ★読み聞かせ		22 自由遊び マタニティ教室 かご作り(材料費がかかります)		23 自由遊び ♪コーラス10:30~ 13:00~ 骨盤エクササイズ③		24 10:30~ リラクゼーション ☆ママ対象自由参加 阿久津先生		25 りんご 10:00~ ★親子クッキング 持ち物:エプロン三角巾 甘納豆蒸しパン	
28 自由遊び		29 自由遊び		30 10:30~ ★誕生会 13:00~ 骨盤エクササイズ④		31 自由遊び		6/1 現地集合 10:00~ ★運動公園雨天中止 11:30~開所 自由遊び	
4 現地集合 10:00~ ★矢田公園雨天中止 11:30~自由遊び		5 午前お休み 11:30~開所 自由遊び		6 現地集合 10:00~ ★大沢川公園雨天中止 11:30~自由遊び		7 午前お休み 11:30~開所 自由遊び		8 りんご 9:00~11:00 身体測定 いちごの身体測定は12日(水)です	

※ 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。