



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下さいね！

	9:00~11:30	11:30~12:30 ランチタイム	12:30~14:30
月	りんご (2~3歳児)	どなたでも参加できます	
火	いちご (0~1歳児)	のマークのある日は午前午後にかかわらず	
水	りんご (2~3歳児)	りんご(2~3歳児) いちご(0~1歳児)	
木	いちご (0~1歳児)	どなたでも参加できます	
金	りんご (2~3歳児)		



- あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願いいたします。
- ★**ハンドメイドの日** 7,8日(月・火) 福笑いや季節のモビール、エコクラフトなど手作りを楽しむ日です。自由遊びもできます。
 - 骨盤エクササイズ** 9,16,23,30日(水) 13:00~14:00 予約制、費用がかかります 整体師の谷先生と一緒に骨盤を引き締めましょう！
 - ★**歯のお話** 16日(水) 歯科衛生士の五十木先生による、歯のお話です。お口の健康や歯磨きの仕方、上手な受診方法など、すぐに役立つお話。
 - ★**育児講座・小松先生と話そう** 17日(木) 家族心理士の小松先生を囲んで育児のこと家族のことなど、日ごろ気になっていることを話してみませんか？
 - 子育て講座(全3回) 第1回** 17日(木) 13:00~15:00 予約制、費用がかかります 1歳半までの親子を対象にした子育て講座です。全3回。最初の1時間はお子さんを預かり、園内のお遊戯室で講座を体験、その後はねむのもいに戻り、先生を囲んでお茶会をします。1/17(木)カラーセラピー、2/21(木)ヨガ、3/7(木)羊毛フェルト 第1回は笹野先生によるカラーセラピーです。
 - マタニティ教室** 22日(火) 妊娠中~生後4か月までの親子対象。スタイやエコクラフトのかご作りなど、ゆったり手作りしませんか？
- ※新年は7日から開所します。 ※今月の親子クッキングはお休みします。



1月の予定



平成31年

月	りんご	火	いちご	水	りんご	木	いちご	金	りんご
31		1/1		2		3		4	
お休み									
7	自由遊び ハンドメイドの日 福笑いを作ろう	8	自由遊び ハンドメイドの日 福笑いを作ろう	9	自由遊び 10:30~♪コーラス 13:00~ 骨盤エクササイズ①	10	いちご 9:00~11:00 身体測定 自由遊び	11	りんご 9:00~11:00 身体測定 自由遊び
14	お休み	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	育児講座 10:30~ ★歯のお話 13:00~ 骨盤エクササイズ②	17	育児講座 10:30~ ★小松先生と話そう 13:00~子育て講座① カラーセラピー(予約制)	18	自由遊び ★試食会
21	自由遊び 10:30~ ★読み聞かせ	22	自由遊び 13:00~ マタニティ教室 スタイ・カゴ作りなど	23	自由遊び 10:30~♪コーラス 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	自由遊び
28	自由遊び	29	自由遊び	30	自由遊び 10:30~★誕生日会 13:00~ 骨盤エクササイズ④	31	自由遊び	2/1	自由遊び
4	りんご 9:00~11:00 身体測定	5	いちご 9:00~11:00 身体測定	6	自由遊び	7	自由遊び ハンドメイドの日 おひなさまを作ろう	8	自由遊び ハンドメイドの日 おひなさまを作ろう

※ 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。是非ご利用ください。

ys-mail@yoshiishakyo.or.jp