



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 (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)		



- 骨盤エクササイズ** 8.15.22.29日(水) 13:00~14:00 予約制、参加費がかかります  
谷先生による骨盤体操です。産後の緩んだ骨盤をひきしめませんか？
- ♥赤ちゃん教室** 9日(木) 10:30~ 持ち物：バスタオル  
阿久津先生。赤ちゃんとスキンシップでゆったりした時間を過ごしましょう。
- ☆小松先生と話そう** 13日(月) 13:00~ 家族心理士の小松先生と、  
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？
- ☆試食会** 17日(金) 11:30~ こども園の給食が試食できます。予約制、料金がかかります  
主食(ごはんなど)とお箸・スプーン・フォークをお持ち下さい
- ☆親子ピクス** 22日(水) 10:30~ 音楽に合わせて山田先生と楽しく動きましょう！
- ♥親子クッキング** 24日(金) 10:00~ 鮭チーズおにぎりと揚げ玉おにぎりをつくります。
- マタニティ教室** 28日(火) 妊娠中~生後4か月までの親子対象。  
モバイルやカゴ、スタイ、起き上がりこぼしなど、何か手作りしてみませんか？
- ※園内見学** 30日(木) ねむのもりに10時集合 2、3号の入園希望者が対象です

今年度から入園の申し込み方法が変わります。

2020年度の予約申し込みが可能な方を対象に園内見学を行います。

日程などのお問い合わせは ねむの木こどもの森 (027-387-7274) へ、  
入園の申し込みなどのお問い合わせは高崎市役所保育課(入所相談ダイヤル027-321-0111)へ  
お願いします。



# 5月の予定

令和元年

月	りんご	火	いちご	水	りんご	木	いちご	金	りんご
4/29		30		5/1		2		3	
	昭和の日		国民の休日		即位の日		国民の休日		憲法記念日
6		7		8		9		10	
	振替休日	自由遊び		自由遊び 10:30~★コーラス♪ 13:00~谷先生(予約制) 骨盤エクササイズ①		自由遊び 10:30~赤ちゃん教室 持ち物:バスタオル		りんご 9:00~11:00 身体測定 自由遊び	
13		14		15		16		17	
自由遊び 13:00~ 育児講座 ★小松先生と話そう		いちご 9:00~11:00 身体測定 自由遊び		自由遊び 10:30~★コーラス♪ 13:00~谷先生(予約制) 骨盤エクササイズ②		自由遊び 13:00~子育て講座① ヨガ(予約制)		自由遊び ★試食会	
20		21		22		23		24	
自由遊び 10:30~★よみかかせ		10:30~. 13:00~ ★はじめましての日		育児講座 10:30~ ★親子ピクス 13:00~谷先生(予約制) 骨盤エクササイズ③		10:30~ ★リラクゼーション ★ママ対象自由参加 自由遊び		りんご 10:00~ 親子クッキング おにぎり 持ち物:エプロン・三角巾	
27		28		29		30		31	
自由遊び		自由遊び 13:00~マタニティ教室 ハンドメイド		自由遊び 13:00~谷先生(予約制) 骨盤エクササイズ④		10:00集合 ※園内見学 自由遊び 10:30~★誕生会		自由遊び	
6/3		4		5		6		7	
現地集合 10:00~ ★運動公園 雨天中止 11:30~自由遊び		午前お休み 11:30~開所 自由遊び		現地集合 10:00~ ★矢田公園 雨天中止 11:30~自由遊び		午前お休み 11:30~開所 自由遊び		現地集合 10:00~ ★大沢川公園 雨天中止 11:30~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り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](mailto:ys-mail@yoshiishakyo.or.jp)

是非ご利用ください。