



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
027-387-7274
支援センター直通
090-3336-7274

令和2年



2月の予定



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)		



- おひなさま作り** 13日(木)、14日(金) いつでも
毛糸のポンポンを使って、おひなさまを作りましょう♪
- 小松先生と話そう** 10日(月) 10:30~
公認心理士の小松先生を囲んで、育児のこと、家族のこと、毎日のことを話してみませんか？
- マタニティ教室** 25日(火) 13:00~ 妊娠中~生後半年くらいの親子が対象です。
整体師の谷先生が、赤ちゃんの落ち着くだっこの仕方や、向き癖のお話をしてくださいませ。
- 骨盤エクササイズ** 2月19,26日,3月4,18日(水) 13:00~ 予約制、料金がかかります
今年度最後のコースです。↑日程が不規則になっています。ご注意ください。
整体師の谷先生と一緒に、骨盤体操で骨盤を引き締めませんか？
動きやすい服装でお越しください。
- 親子クッキング** 21日(金) 10:00~ りんごさん対象、予約制です
あべかわマカロニを作ります。茹でたマカロニをきな粉と砂糖であえるだけ！
エプロン、三角巾を持ってきてください。
- リラクゼーション** 27日(木) 10:30~
井上先生による、ママを対象としたリラクゼーションです。
体の不調をヨガや体操、ハーブティーでほぐしませんか？

※17日(月),18日(火)は都合により12:30までとなります

* 2月の園内見学はありません *

* 見学をご希望の方は、直接こども園にお問い合わせください *

月	りんご	火	いちご	水	りんご	木	いちご	金	りんご
1/27	自由遊び	28 自由遊び 13:00~マタニティ教室		29 自由遊び 13:00~ 谷先生(予約制) 骨盤エクササイズ④		30 自由遊び		31 自由遊び 10:30~ 誕生会	
2/3	10:30~節分・豆まき 自由遊び	4 いちご 9:00~11:00 身体測定 自由遊び		5 りんご 9:00~11:00 身体測定 自由遊び		6 自由遊び		7 自由遊び	
10	自由遊び 10:30~ 育児講座 小松先生と話そう	11 建国記念日		12 自由遊び 10:30~ コーラス		13 自由遊び おひなさま作り		14 自由遊び おひなさま作り	
17	自由遊び 10:30~ 小みきかせ	18 10:30~ はじめましての日 12:30閉所 午後お休み		19 自由遊び 13:00~谷先生(予約制) 骨盤エクササイズ①		20 自由遊び 13:00~子育て講座(予約制) カラーセラピー(笹野先生)		21 10:00~ 親子クッキング あべかわマカロニ 持ち物:エプロン・三角巾	
24	振替休日	25 自由遊び 13:00~マタニティ教室 だっこや向き癖のお話(谷先生)		26 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		27 10:30~井上先生 リラクゼーション 自由遊び		28 自由遊び 10:30~ 誕生会 試食会(予約制)	
3/2	りんご 9:00~11:00 身体測定 自由遊び	3 いちご 9:00~11:00 身体測定 自由遊び		4 自由遊び 10:30~ 親子ピクス 13:00~骨盤エクササイズ③		5 自由遊び 13:00~子育て講座『ヨガ』		6 自由遊び 10:30~ 誕生会	

※ 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。