






日	月	火	水	木	金	土
						1 お休み
2 お休み (文化の日)	3 お休み (振替休日)	4 外あそびの日 10:30~11:45 ~国分寺で遊ぼう~	5 雪舟文庫 13:30~14:00	6 お芋ほり ◎ 10:00~12:00 (参加費200円 定員35組)	7	8 お休み
9 お休み	10 親子体操 (2・3歳) 10:30~11:45 (参加費100円 定員15組)	11 プレママタイム ☆ 10:00~11:45	12 ベビーマッサージ 10:30~11:45 (参加費300円 定員10組)	13 お休み	14	15 お休み
16 お休み	17	18 ファーストデイ 10:30~11:45 ~ようこそ広場~	19 お話ボランティア 11:15頃~	20 ★	21 外あそびの日 10:30~11:45 ~すもうとり山公園~	22 お休み
23/30 お休み	24 お休み (振替休日)	25 ★ 	26	27 赤ちゃんタイム ☆ 10:00~12:00	28	29 お休み

☆=(午前) ★=(午後) ◎=(1日を通して) 各記号がついている日には助産師がいます。(※都合により変更する場合があります。ご了承ください)

♪外あそびの日♪10:30~11:45
(4日) ~国分寺であそぼう♪~
 ・集合：国分寺北駐車場
 ・持ってくる物：お茶 帽子 レジャーシートなど
 (21日) ~すもうとり山公園で遊ぼう♪~
 ・持ってくるもの：お茶 帽子など
 ※天候により、変更・中止する場合があります。

♪プレママタイム♪ (11日)
 ・対象：妊産婦とその家族
 ・内容：『母乳栄養・おっぱい体操』
 ・持ってくる物：親子手帳
 ※妊婦さん同士で楽しいおしゃべりを、助産師と一緒にしましょう♪

♪親子体操 (2・3歳) ♪ (10日) 10:30~11:45
 ~親子で楽しく体を動かそう~
 ・定員：15組 ・参加費：100円 ・申込受付中(電話OK)
 ・持ってくる物 お茶 タオル 動きやすい服装で来てね
 ♪ベビーマッサージ♪ (12日) 10:30~11:45
 ・対象：0歳の赤ちゃん和妈妈 ・定員：10組 (10:00~受付)
 ・参加費：300円 (オイル代含む)
 ・持ってくる物：バスタオル 着替え お茶など
 ・申込受付中(電話申込OK)
 ~0歳の赤ちゃんに大切な事、みんなで楽しくお話しませんか?
 ※ベビーマッサージは別室で行ないます。
 ※広場はいつも通り遊べます。

♪赤ちゃんタイム♪ (27日)
 ・対象：1歳未満の赤ちゃんとその保護者
 ・持ってくる物：親子手帳 バスタオル お茶
 ・内容：ベビーマッサージで、赤ちゃんとしっかりスキンシップ♪
 ママは産後ピクスでリフレッシュ&シェイプアップ!!
 (注意) ベビーマッサージで赤ちゃんは裸になります。
 ママは動きやすい服装で来て下さい。
 ♪ファーストデイ♪ (18日)
 広場に行くのはちょっと不安な方も、初めての方向士なら安心して話せるかも…ようこそ広場へ♪
 ♪お話ボランティア♪ (19日)
 ~わらべ歌と絵本の世界へ♪~

栄養委員さんから
お芋を使った
試食があるよ~

♪お芋ほりをしよう♪ (6日)
 ・受付：9:30~
 ・時間：10:00~12:00
 ・定員：35組 参加費：200円
 ・持ってくる物：お米1合、お茶、スコップ、軍手
 汚れてもいい服装、帽子、長靴など
 ・申込受付中(電話OK)
 ※山手子育て支援センターの先生の出し物もあるよ☆
 ※アレルギー対応はしていません。

★お知らせ★
 ♪雪舟文庫♪ (5日) 13:30~14:00
 市の巡回図書館がやってくるよ。
 ※市の図書館カードで借りられるよ♪
 ♪お魚屋さんへ行こう♪
 ・定員15組 ・参加費：200円
 ・持ってくる物：お米1合、マイ箸、お茶など
 ※只今、日程調整中です…HP、fbを楽しみにしてね☆

