

日	月	火	水	木	金	土
		1 ☆	2 ☆	3	4	5
		10:30~11:45 英語で遊ぼう ～イースターを楽しもう～ (定員20名 参加費100円)		お休み	お休み	
6	7	8 ☆	9	10	11	12
	10:30~11:45 外あそびの日 ～常盤公園に 遊びに行こう♪～	10:00~11:45 フレママタイム ～おっぱいの手入れ～		お休み	10:30~11:45 母の日を楽しもう (参加費100円)	
13	14	15	16	17	18 ☆	19
	10:30~11:45 ファーストデー ～ようこそひろばへ～		10:30~11:45 外あそびの日 ～すもうとり山公園へ 行こう♪～		11:30~12:00 お話ボランティア ～わらべ唄と 絵本の世界～	
20	21	22	23	24 ☆	25	26
	10:30~11:45 外あそびの日 ～清音ふれあい広場で お弁当を食べよう～			10:00~11:45 赤ちゃんタイム		
27	28	29 ☆	30 ☆	31		
	10:00~11:45 親子体操 対象:1歳 (定員15名要予約)					

☆=(午前) ★=(午後) ◎=(1日を通して) 各記号がついている日には、広場に助産師がいて母乳相談などができます。(*都合で変更になることもあります。)

♪外遊びの日

7日(月)16日(水)21日(月)

♠外遊びの日でも「ひろば」は開いています。

7日常盤公園に遊びに行こう♪※現地に集合してください。16日すもうとり山公園へ行こう。

21日清音ふれあい広場でお弁当を食べよう・・・お弁当と敷物をご持参ください。みんなで楽しくお弁当を食べましょう。

※テニスコート横の駐車場に集合してください。

♪フレママタイム(妊産婦とご家族が対象です。)今月の内容は「おっぱいの手入れ」です。*持ってくるもの:母子手帳

妊婦さん同士楽しいお話をしながら、おっぱいの手入れをビデオを見ながら学びましょう。

♪赤ちゃんタイム(1才未満の赤ちゃんとその保護者が対象です。)

親子ふれあい体操で、赤ちゃんとしっかりスキンシップをとり、そのあとは産後ピクスでママリフレッシュ&シェイプアップ!!

(注意)・親子体操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ください。

・赤ちゃんタイムは、好評につき、ここちびっこ広場のどちらか月1回の参加とさせていただきます。

※持ってくる物・・・バスタオル 母子手帳 お茶



♪ファーストデー ～ようこそひろばへ～

広場に行きたいけどなかなかはじめの一步が・・・という方、初めての方どうしたら安心して参加できるかも・・・

♪母の日を楽しもう・・・参加費100円

お母さん同士楽しくお話ししながら、ちょっぴりリフレッシュ。お母さんになったことを楽しみましょう。

♪お話ボランティア

地域で、絵本の読み聞かせをしている♪お話ポケット♪の方がわらべ唄と絵本を読んでくれます。

♪親子体操

対象:1歳 定員15名要予約(ひろばにて予約受付中。電話予約可)

親子で体を動かして遊ぶ楽しさを体験しましょう。



♪ママ先生のフキ講座

・英語で遊ぼう ～イースターを楽しもう～ 定員20名:参加費100円

ちょっと遅いイースターですが、英語を使って楽しみませんか?たまごの宝さがしをするよ!!

※ひろばにて予約受付中。電話での予約も受け付けています。

・お手玉を作ってわらべ唄を楽しもう 18日(金)10:30～ 定員10名:参加費100円

お手玉を作って、お話ボランティアの方とわらべ唄を楽しみましょう。持ってくるもの:針と糸

※ひろばにて予約受付中。電話での予約も受け付けています。(ひろばはいつも通り遊べます)