



親子で遊ぼう DAY

1さいから3さいのこどもと保護者のひろばです。親子ふれあいあそび、自由あそび、絵本タイムなどを行います。初めての方も、お気軽にお越しください。

日 時:6月5日(木)・19日(木)

午前10時～11時半

場 所:3階 体育室

対 象:市内在住の1～3歳児と保護者 先着20組

持ち物:親子ともに室内シューズ(スリッパ不可)、飲み物

※申込不要、参加無料



赤ちゃんねころびアート

ねころびアートは、赤ちゃんに背景や小物をつけて撮影をするアートです。保護者同士の交流をしながらお子さんの成長を残しませんか？

日 時:7月8日(火)・10日(木) 午前10時半～11時半

(申込みはどちらか1回)

場 所:1階 会議室

対 象:市内在住の0～8ヶ月の乳児と保護者

定 員:各先着8組

持ち物:カメラ、カメラ付き携帯

申 込:6月18日(水)午後1時～電話で総合センターへ

※参加無料



産後の骨盤ケアダンス

赤ちゃんの大好きなわらべ歌の音楽に合わせて保護者が赤ちゃんを抱いて行うダンスです。7月は、保健センターの保健師が来てくれます!子育てのことやママの産後の体のことなど、気軽に聞いてください。

日 時:7月22日(火) 午前10時半～11時半

場 所:1階 遊戯室

対 象:市内在住の4か月健診後～1歳の誕生日の前日までの
首の座った乳児と保護者

定 員:先着8組 参加無料

服 装:動きやすい服装(ズボンに靴下)

持ち物:抱っこ紐、水分補給用のお茶とミルク、汗拭きタオル、
お出掛けの際に必要なセット

申 込:6月24日(火)午後1時～電話で総合センターへ

※注意!腰痛の方、妊娠中の方は参加できません。
子どもが予防接種後の48時間以内は参加できません。



赤ちゃんと一緒に気分を
リフレッシュ♪