



子育て支援センター

☎36-8762 住所 桑原四丁目6-70

ありがとう会

1年の締めくくりとしての「ありがとう会」。お子さんが健やかに成長したことや育児、仕事に頑張ってきたママパパへの感謝など、1年間のありがとうを見つけてみませんか。

日時/3月5日(水) 10時30分～11時30分

対象/市内在住の乳幼児親子

定員/先着20組

申込方法/電話または直接申し込み



子育て講座「骨盤底筋教室」

体を支える大切な骨盤。特に女性は骨盤底筋を鍛えることで産後の回復や腰痛の改善などに効果があるといわれています。育児疲れやストレスを解消したい方、ぜひご参加ください。

日時/3月11日(火) 10時～11時

講師/にこまむフィットネス

代表 関本 咲子 さん

対象/市内在住の乳幼児親子

定員/先着15組

申込方法/電話または直接申し込み



※いずれも参加費は無料です。

東子育て支援センター

☎35-7767 住所 玉浦西四丁目1-2

ペンギんランド

育児の楽しみ方や困りごとなど、子育て中の方同士で集まって気軽に話してみませんか。おしゃべりしながら、ほっと一息つきましょう。

日時/3月14日(金) 10時～11時

対象/市内在住の乳幼児親子

申込方法/3月7日(金)から

電話または直接申し込み



はいはいレース

はいはいの時期はあっという間。そんな時期の思い出にははいはいレースに参加してみませんか。参加賞として記念に残るプレゼントを準備してお待ちしています。

日時/3月21日(金)

10時30分～11時

※出場者は10時20分集合。

対象/はいはいできる

赤ちゃんと保護者

※申し込みは不要です。



※いずれも参加費は無料です。

西子育て支援センター

☎23-1838 住所 松ヶ丘一丁目10-1

子育て支援講座「親子ダンス教室」

音楽に合わせてかっこ良くダンスを踊ってみませんか。市内で教室を主宰する講師が、親子で楽しめる簡単なダンスを教えます。

日時/3月14日(金) 10時～11時

対象/市内在住の1歳以上の子どもと保護者

持ち物/上靴

定員/先着15組程度

申込方法/3月3日(月)から電話または直接申し込み



バンビクラス

年齢が近い子ども同士で集まる親子交流サロンです。体操や工作、おしゃべりを楽しみながら、お友だちをつくりましょう。

日時/3月18日(火) 10時～11時

対象/市内在住の乳幼児親子

定員/先着10組程度

申込方法/3月11日(火)から電話または直接申し込み



※いずれも参加費は無料です。

地域子育て支援センターJ'sキッズ

☎36-9853 住所 中央四丁目3-1

子育て支援講座「メモリアル手形足形アート」

新年度への新たなスタートへ向けて、J'sキッズでの思い出と手形足形を一緒に収めて記念の作品を作ります。

日時/3月7日(金)

10時～11時

対象/子育て中の親子

参加費/100円

定員/先着10組

申込方法/電話または直接申し込み



テラスde竜日和

絵本の世界へようこそ。「絵本で見たことがある」かわいいものやおいしいものに囲まれて絵本の世界をお楽しみください。

日時/3月27日(木) 10時～11時

対象/子育て中の親子

※参加費は無料です。

直接お越しください。

