０-３くらぶ

お子さんとママのコミュニケーション講座

活動予定表

活　動　日					講　座　名	内　　容	持　ち　物
第１週	火	7/2	8/6	9/3	スキンシップひろば	ベビーダンス・触れ合い遊び（手遊び他） ※首のすわった生後３か月～ （妊婦されている方はお知らせください）	抱っこひも （必要な方）
	水	7/3	8/休	9/4	ジムナパーク	マッサージ・スキンシップ・手遊び・歌・体遊び・体操 パラシュート・ママのエアロビクス	動きやすい服装 タオル・飲み物
	木	7/4	8/1	9/5	おやこ yoga	親子でふれあいながらや呼吸法で心身のリラクゼーション	ヨガマット （バスタオル） 動きやすい服装
第２週	火	7/9	8/休	9/10	まめっちょの会	わらべうたとお話し	
	水	7/10	8/休	9/11	おやこ撮影会	こどもの可愛い写真を撮ります 10：30～11：00 の間に受付をしてください（先着順）	
	木	7/11	8/休	9/12	リトミック	リズム手遊びうた　ベビークラス　10:30~11:10 チャイルドクラス　11:20~12:00	
第３週	火	7/16	8/20	9/17	フラレアクラブ	ベイシックフラ　簡単な曲に合わせて踊る	
	水	7/17	8/休	9/18	産後ひきしめ エクササイズ	体質改善・姿勢矯正（骨盤底筋やヒップなど）	動きやすい服装 タオル・飲み物
	木	7/18	8/休	9/19	エンジェルクラブ	ベビーマッサージ・季節のハーブティー ママのリラクゼーション	動きやすい服装 タオル・飲み物
第４週	水	7/24	8/休	9/25	ミニムーンサークル	子育て（おっぱい）相談とヨガ	

【対象】　０～３歳のおこさんとママ

【参加費】　３００円　おつりがないようにご用意ください

【時間】　１０：３０～１１：３０

予約不要

【会場】　観音山ファミリーパーク　クラフト工房Ａ　（講座終了後１３時まで開放）

☎問合せ先　027-324-9210　(クラフト工房)　９時～15 時

★ゴミ・おむつは全てお持ち帰りください。★毎月の休講はホームページや園内掲示でご確認ください
★ブログ掲載のため写真を撮らせていただくことがあります　希望されない方はスタッフまでお申し込みください