



# の と じ ま

## 子育て支援センターだより

妊婦さんも未就園児のお母さんも集まって楽しく  
情報交換しましょう。みんな、集まれ～！



月	火	水	木	金
				1 10:30～ ひな祭り
4	5 10:30～ 玄米カイロ	6	7 10:30～ にじいろカフェ	8 
11 10:30～ Let's Art 寝相アート	12 10:30～ Let's Art 寝相アート	13	14 10:30～ にじいろカフェ	15
18 	19 10:30～ 薬膳ストレッチ ×リラックス	20 休館日 (春分の日)	21 10:30～ にじいろカフェ	22
25 10:30～ ふれあい遊び (バスタオルで ゆらゆら)	26	27 10:30～ ペープサート アンパンマン	28 	29

### 玄米カイロ作り

玄米や好きな香りのハーブを  
入れて、エコカイロを作しましょう。

講師：栗山 杏里 氏

日時：3月5日(火) 10:30～

参加費：100円 限定10組

参加の方は3月1日(金)までに

ご連絡をお願いします。



### Let's Art

### 寝相アート

お子様の成長を思い出に

残しましょう。

日時：3月11日(月) 10:30～

12日(火) 10:30～

### にじいろカフェ

手作りお菓子&コーヒーで

ママさんトークで楽しく

情報交換しましょう。



3月7日(木) 14日(木) 21日(木)

### 薬膳ストレッチ×リラックス

薬膳料理を紹介し、  
ストレッチしながらリフレッシュ!



講師：栗山 杏里 氏

日時：3月19日(火) 10:30～

参加費：100円 限定10組

持ち物：飲み物、汗拭きタオル

参加の方は3月15日(金)までに

ご連絡をお願いします。

この度の震災に対し心からお見舞い申し上げます。

心の休息と、お子さんのちいさなストレス解消にお立ち寄りください。

来館される時は、検温・手洗いをお願い致します。

ご相談は、毎日承っております。身体計測も随時行っております。



お問い合わせ先 開館時間 9:00～15:00 のとじま子育て支援センター

(のとじま幼保園内) ☎0767(84)0123 担当者：安田・笹谷