

木次子育て支援センター

雲南市木次町里方 915-1

TEL 0854-42-2030

	行	事
1	水	祝日につき閉館
2	木	祝日につき閉館
3	金	祝日につき閉館
4	土	祝日につき閉館
5	日	祝日につき閉館
6	月	祝日につき閉館
7	火	
8	水	・リフレッシュ講座（整体）9時半～託児有 （対象不問、要予約、定員2組） ※初めての方。予約順で開始時刻が異なります。ご確認ください ・こいのぼり作り 10時～（年齢不問）手形をとります
9	木	
10	金	ミュージックケア（年齢不問）10時～（要予約※） ※当日参加も可能
11	土	
12	日	
13	月	整体セルフケア講座（要予約、定員6組）託児有 9:50 集合、10:00 開始 ※初めての方優先
14	火	トコトコ散歩(尺の内公園散策& tomizo 撮影会) 10時～ 現地集合(年齢不問・要予約) 雨天時 22日順延 ※お茶、帽子、ベビーカー、お弁当おやつ数物自由持参
15	水	
16	木	
17	金	ベビーマッサージとママの軽運動 3～7ヶ月 9:20 集合、9:30 開始（要予約、定員10組） バスタオル、フェイスタオル、ママの水分補給飲料 動きやすい服装で、ジーンズ不可
18	土	
19	日	
20	月	★ 6月の行事予約開始日(電話で受付可)
21	火	助産師の授乳・発達講座(ベビーマッサージ・おっぱい相談有) 2～8ヶ月（要予約、定員10組）10時～ バスタオル、ママの水分補給飲料持参
22	水	14日トコトコ散歩(食の杜散策&撮影会)予備日 10時～
23	木	誕生会(5月誕生児要予約) 10時半～ ※誕生児以外の方は自由に参加できます。
24	金	産後ウォーキングレッスン 3～7ヶ月(要予約、定員5組) ※抱っこ紐、手ぬぐい、水分補給飲料 10時～
25	土	
26	日	
27	月	
28	火	リフレッシュ講座(骨盤矯正)13時半～託児有 (産後6カ月以内のママ対象、要予約、定員2組) ※初めての方。予約順で開始時刻が異なります。ご確認ください
29	水	
30	木	
31	金	育児相談 9時半～11時受付



トコトコ散歩 (tomizoさんによる親子撮影会)
5月14日(火)晴天時 尺の内公園
 ※雨天時は22日(水)食の杜に順延します。
 新緑の季節に雲南の自然の中で、散歩しながら親子撮影会を行います!!
 tomizoさんは、プロのカメラマンです。
 ママさん目線の親子ショットを撮影されています。今のこの瞬間をカタチに残してみませんか?(データ受信可能、SNS投稿をOKしていただける方が対象です!)

～産後ウォーキングレッスン～
 ポスチュアウォーキング講師の片山ゆうきさんに来ていただき、身体が楽になる抱っこ紐の使い方やベビーカーの押し方、きれいな姿勢と歩き方を指導していただきます。
 楽しくスタイルアップをしていきましょう。
 ※普段、抱っこ紐を使う方が対象です!

～お願い～ 当センターの行事については、性質上、人数把握が必要な為、予約制のものが多いため、通信にてご確認ください。なお少人数の講座(リフレッシュ等)については、市内在住(里帰り可)の方のみとさせていただきます。

6月の予定(★予約開始 5/20～)
 *予定は変更することもありますので、必ず6月通信参照、職員に確認して下さい。

- ・4日(火) 離乳食教室(9～11ヶ月)
- ・6日(木) ドレミちゃん♪(歌・手遊び他)
- ・7日(金) りんごさんのベビーマッサージ
- ・10日(月) 整体セルフケア
- ・11日(火) 助産師の授乳・発達講座
- ・13日(木) リフレッシュ講座(整体)
- ・14日(金) ミュージックケア
- ・18日(火) 歯の教室(～10ヶ月まで)
- ・20日(木) 誕生会
- ・21日(金) ・おひるねアート撮影会
・リフレッシュ講座(骨盤)PM
- ・25日(火) 歯の教室(11ヶ月～)
- ・27日(木) じんわりあったかお灸時間
- ・28日(金) 育児相談