

木次子育て支援センター

雲南市木次町里方 915-1 斐伊保育所併設 TEL 0854-42-2030

1	日	
2	月	
3	火	離乳食教室 9~11ヶ月(要予約、定員10組) *別紙詳細 要実費 10時半~
4	水	リフレッシュ講座(骨盤) 13時半~託児有 (産後6ヶ月以内のママ対象、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。
5	木	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。
6	金	じんわりあったかお灸時間 10時~要実費500円 (要予約・定員6名)動きやすい服装で。託児有 ※クッション、バスタオル、水分補給飲料持参
7	土	
8	日	
9	月	
10	火	
11	水	
12	木	誕生会(9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。
13	金	ミュージックケア(年齢不問、要予約) 10時~ ※当日参加も可能
14	土	
15	日	
16	月	祝日につき閉館
17	火	ベビーマッサージ(助産師) 2~8ヶ月(要予約) 9:50集合、10:00開始 バスタオル、ママの水分補給飲料持参
18	水	
19	木	コブタコーチのリーベ式運動あそび 10時~ ハイハイする子~3才まで(対象外でも見学は可) 動きやすい服装・水分補給飲料(要予約) 定員15組
20	金	10月の行事予約開始日(電話で受付可 9時~) ★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、後半託児有
21	土	
22	日	
23	月	祝日につき閉館
24	火	
25	水	
26	木	
27	金	育児相談 9時半~11時受付
28	土	
29	日	
30	月	整体セルフケア(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



~コブタコーチのリーベ式運動あそび~
「今できることを、大人も一緒にとことん楽しむ」ことで、先にある子どもの「育ち」につながる運動あそびです。親子で一緒に楽しめます。乳児期は興味を持った道具を体感することで、「やってみたいの心と体」を育みます。



~じんわりあったかお灸時間~
講師に、鍼灸師の吾郷希穂さんをお迎えします。「お灸は、自分で体を守る先人の知恵。今回は身体を中心となるツボを温めて血行を良くします。元気が湧いてくる(免疫力を高める)お手伝いをさせていただきます♡」お灸をしたことのない方も安心してご参加ください。

~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、誕生会等、当日参加可能なものもありますので、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。

10月の予定(★9/20予約受付開始)
*予定は変更することもありますので、必ず10月通信参照、職員に確認してください。

- ・2日(水) 離乳食教室(5~8ヶ月)
- ・3日(木) ドレミちゃん♪
- ・9~11日 中学生職場体験
- ・10日(木) リフレッシュ講座(骨盤)PM
- ・11日(金) ミュージックケア
- ・15日(火) ベビーマッサージ(助産師)
- ・17日(木) リフレッシュ講座(整体)
- ・24日(木) 誕生会
- ・25日(金) 育児相談
- ・28日(月) 整体セルフケア
- ・30日(水) おひるねアート