



# 令和6年度 こども家庭センター事業日程表

場所：日の出町立志茂町児童館

時間：Am10:00～11:30（9:45～受付開始）



※事業終了後、親子の交流や情報共有の場として会場を開放します。

【ママさんヨガ】		
<指導>柳 菜穂先生 <対象>概ね3カ月以降の 未就学児のお子さんを お持ちの保護者		
月	日にち	曜日
4月	10日	水
5月	10日	金
6月	5日	水
ヨガの効果： 育児で起こりやすい肩こり・首こりの予防・解消、産後骨盤ケアにも効果があります。 		
9月	11日	水
10月	10日	木
11月	6日	水
12月	12日	木
1月	10日	金
2月	5日	水
3月	5日	水

【親子リトミック】		
<指導>小峰 博美先生 <対象>概ね6カ月以降 の未就学児のお子さんと 保護者		
月	日にち	曜日
4月	24日	水
5月	22日	水
6月	12日	水
7月	26日	金
親子リトミック： 親子で一緒に音楽に合わせて体を動かしたり、楽器で楽しく演奏します。季節に合わせた簡単な工作づくりもあります 		
10月	23日	水
11月	22日	金
12月	17日	火
1月	24日	金
2月	28日	金
3月	18日	火

【子育てサロン】			
対象・場所・日時は、当該月の広報 でご確認ください 			
月	日	曜日	内容
4月			
5月	28	火	ママさんバランスボール (講師:門倉梨紗)
6月			
7月	31	水	夏休み教室 (講師:門倉梨紗)
8月			
9月	20	金	助産師による 卒乳の話 (講師:宮岡順子)
10月	29	火	ママさんバランスボール (講師:門倉梨紗)
ママさんバランスボール： 音楽に合わせてボールを使って楽しくエクササイズでリフレッシュ。最後はリラックスタイムでゆっくり。 			
1月	29	水	ママさんバランスボール (講師:門倉梨紗)
2月			
3月	25	火	乳児救急法 (講師:秋川消防署)

※注意

- ・事業日程・内容等は、変更になることがあります。当該月の「広報ひので」掲載内容で確認して下さい。
- ・事業はすべて予約申込制（電話又は来所受付）です。予約受付は原則、前月1日～開催日前日〆切です。
- ・いずれの事業もキャンセル時は必ず連絡してください。



《問い合わせ・申し込み》

日の出町こども家庭センター 042-597-6177

