

# 1月のご案内



## さんさんまいん 地域子育て支援センター

月	火	水	木	金
		1 	2	3
6 <b>身体計測 (予約不要)</b>	7 <b>MAMAヨガ教室</b>	8	9	10
13	14	15 (2月の案内配信日)	16	17 <b>ピラティス</b>
20	21 <b>えいごらんど</b>	22 <b>あそびの会</b>	23	24 <b>親子ストレッチ</b>
27 (2月イベント予約日)	28	29	30	31

予約開始日は **12月25日(水)10:00~15:00**

予約の電話などお間違いのないようにお願いします。

予約日は電話が大変混雑し、つながりにくい場合があります。あらかじめご了承ください。

電話の受付時間は**10:00~15:00**となります。

予約はお一人様につきお友達1名までです。

**さんさんまいん地域子育て支援センター**  
TEL 0848-61-2363

### 利用時間

月～金曜日  
(祝日と年末年始を除く)  
10:00～15:00  
※お弁当などご自由にご持参下さい。

### 対象

保育園や幼稚園に入園していないお子様  
(未就園児)とその保護者



### 園庭開放

月～金曜日  
11:00～12:30

### 育児相談

子育て相談などお気軽に  
ご相談ください。

### ママ茶カフェ

お茶・コーヒー・紅茶などを  
用意しております。(無料)  
ご自由にお飲みください。

## 《身体測定》

大きくなったかな?  
身長・体重・胸囲・頭囲を測定します。

日時：1月6日(月) 10:00～15:00  
対象：未就園児

\*予約は要りません



## 《ピラティス》

身体全体のバランスを整え、改善しながら鍛えるエクササイズです。産前産後でもOK!

日時：1月17日(金) 10:30～11:30

対象：ピラティスに興味のある方  
託児あり（託児は未就園児に限ります）

参加費：無料  
託児料：1名につき100円  
定員：10組(要予約)  
講師：山根かおり先生



- \*持ってくる物…フェイスタオル・お茶など
- \*運動しやすい服装でお越しください。
- \*託児希望の方は、予約時にアレルギーの有無をお伝えください。

## 《えいごらんど》

ママといっしょに ABC♪

日時：1月21日(火) 10:30～11:00

対象：1歳以上の未就園児

参加費：無料

定員：10組(要予約)

講師：小林美華 先生



## 《MAMAヨガ教室》

ヨガに興味のある方、どなたでも大歓迎!  
ほとんどの方がヨガ未経験者です。  
お気軽にご参加ください。



日時：1月7日(火) 10:30～11:30

対象：ヨガに興味のある方

託児あり（託児は未就園児に限ります）

参加費：無料

託児料：1名につき100円

定員：10組(要予約)

講師：吉井千文 先生

\*運動をしやすい服装でお越しください。

\*10分前にはお越しください。

\*託児希望の方は、予約時にアレルギーの有無をお伝えください。

## 《あそびの会》

～だるまさんを作ろう～



日時：1月22日(水) 10:30～11:30

対象：1歳以上の未就園児

参加費：無料

定員：10組(要予約)

## 《親子ストレッチ》

歌や音を取り入れながら、楽しく体を動かすストレッチ  
子どもとのコミュニケーションを深めるふれあい遊び、などを  
内容とした親子ストレッチです。

日時：1月24日(金) 10:30～11:30

対象：3か月以上の未就園児

参加費：無料

定員：12組(要予約)

講師：お～ちゃん（岡本先生・大木先生）

持ってくる物：バスタオル・お茶



## ～お知らせ・お願い～

- ・予約は電話または来園時に受け付け致します。（電話予約は10:00～15:00）
- ・参加できなくなった場合は早めに連絡をお願いします。（キャンセル待ちの方がおられます）
- ・イベントの日（遊びの会、MAMAヨガ教室など）は予約した方のみの参加になります。（イベント終了後は通常通りご利用できます）
- ・毎月のおたよりは市役所、児童館、図書館に置いてあります。  
つなごうねっと、子育てねっとでもご覧頂けます。（毎月15日発行）
- ・駐車場には限りがございます。満車の場合は近くの公共駐車場をご利用ください。（市役所に駐車しないでください）
- ・イベントに参加される方は必ず10分前までにお越しください。
- ・お食事をされる方は、レジャーシート等を敷いてお召し上がりください。
- ・大雨や台風などで警報が発令された場合、イベントは中止になります。（ご不明な場合はお問い合わせください）
- ・体調不良（発熱）・感染症の疑いがある場合は、支援センターの利用はご遠慮ください。



### お問い合わせ

さんさんまりん地域子育て支援センター  
三原市港町3丁目6番29号  
TEL 0848-61-2363  
さんさんまりんこども園  
TEL 0848-81-0133



社会福祉法人 泰清会

<http://www.smr.or.jp/>

介護と子育てのサンライズグループ

