



# まいるラン WithKidsで 講座のご案内

- ・入館時の手指消毒・利用簿の記入にご協力ください
- ・子どもだけで遊ばせたり目を離したりしないでください
- ・貴重品は身に着けるか貴重品BOXをご利用ください
- ・予約の必要な講座はお電話又は直接お申し込みください

| 日  | 月         | 火   | 水                                      | 木  | 金   | 土   |
|--|-----------|---|--|--|---|---|
| <b>・休日一時保育のご案内・</b><br>【実施日】 土・日・祝日の開館日 8:00~18:00<br>【対象】 三条市在住の満1歳から就学前の児童<br>【定員】 5人(申込順)<br>【料金】 1時間300円 |           |   |  | 1<br>【要予約】<br>お子さんと一緒に<br>ゆるピラティス<br>10:30~11:15<br>産後の身体に合わせた<br>軽めのピラティス | 2<br>手形をとろう!<br>10:00~11:30<br>成長の記録に手形足形<br>をとりませんか? | 3<br>楽しいおいかみ<br>10:00~12:00<br>子ども<br>わくわく広場<br>12:00~16:00     |
| 4<br>子どもわくわく広場<br>9:30~16:00 3日(土)は12:00~スタート<br>3日(土・祝)~6日(火・振)は、<br>広いスペースでプラレールで遊ぼう!<br>トミカはトミカ道路もあるよ!    | 5         | 6   | 7                                      | 8  | 9<br>初日のみ<br>12:00~16:00<br>4日(日)からは<br>9:30~16:00    | 10<br>でんちゃんの<br>ちょっこつ劇場<br>11:00~11:30<br>傳ちゃんによる<br>パネルシアターなど  |
| 11<br>おやこで作ろう<br>「紙皿ラケットと<br>風船クラゲ」<br>10:00~12:00   | 12        | 13<br>助産師・栄養士<br>相談<br>持ち物：母子手帳<br>キラキラビューティ<br>タイム・スキンケア<br>9:30~11:30 | 14<br>「メロディのーと」は<br>14日(水)に<br>開催日変更です | 15<br>メロディのーと<br>10:30~11:00<br>歌や音、リズムで<br>親子で音楽遊び♪<br>当日受付先着10組          | 16<br>【要予約】<br>わらべうた<br>ベビーマッサージ<br>10:30~11:30       | 17  |
| 18<br>赤ちゃんのお世話<br>体験会<br>10:30~11:30<br>正しい抱っこの仕方<br>おむつ交換等の体験   | 19<br>休館日 | 20  | 21                                     | 22<br>【要予約】<br>ツインスクラブ<br>10:30~12:00<br>多胎児親子の<br>情報交換・交流会                | 23  | 24<br>おはなしポケット<br>のおはなし会<br>11:00~11:30<br>パネルシアターや<br>絵本の読み聞かせ |
| 25<br>おもちゃの病院<br>13:30~15:00<br>診断無料、材料費と<br>して100円程度かかる<br>こともあります  | 26        | 27<br>【要予約】<br>何から始める?<br>性教育。ママの<br>アップデート講座<br>10:30~11:30            | 28<br>ご家庭で性教育を始める<br>きっかけづくりのヒントに      | 29   | 30<br>休館日   | 31  |

【要予約】とある講座は予約が必要となります。

申し込み受付は 4月16日(水) 9:00スタート

- ・受付開始日はお一人様1講座のみ、17日(木)からは空いている講座を受付いたします。
- ・講座は都合により中止になる場合があります。



|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
| <b>お子さんと一緒に<br/>ゆるピラティス</b><br><b>1日(木)</b><br><b>10:30~11:15</b><br><b>【対象】</b> 2カ月~3歳頃のお子<br>さんとママ<br>・妊娠中の方はご遠慮ください<br><b>【定員】</b> 先着5組<br><b>【参加費】</b> 500円<br><b>【持ち物】</b> バスタオル<br>水分補給用の飲み物 | <b>わらべうた<br/>ベビーマッサージ</b><br><b>16日(金)</b><br><b>10:30~11:30</b><br><b>【対象】</b> 2カ月~アンヨが始<br>まる頃の子どもとママ<br><b>【定員】</b> 先着10組<br><b>【参加費】</b> 500円<br><b>【持ち物】</b> バスタオル<br>水分補給用の飲み物 | <b>ツインスクラブ</b><br><b>22日(木)</b><br><b>10:30~12:00</b><br><b>【対象】</b> 多胎児を出産予定<br>か子育て中の方<br><b>【参加費】</b> 無料<br>・研修室での開催です。少しでも<br>ゆっくりと過ごしてもらえたらと<br>思っています。 | <b>何から始める?性教育<br/>ママの<br/>アップデート講座!</b><br><b>27日(火)</b><br><b>10:30~11:30</b><br><b>【対象】</b> 小学校低学年までを<br>子育て中のママ<br>・2歳までのお子さんも同席できます<br><b>【定員】</b> 先着10人<br><b>【参加費】</b> 無料 |
|--|--|--|---|

- ・その他の講座は時間内にお越しいただくと、自由にご参加できます。
- ・ご不明な点がございましたら、ご遠慮なくスタッフへお声がけください。



■□■ 施設ご利用案内 ■□■

- ◎ 入館時の手指消毒・利用簿の記入にご協力ください
- ◎ 講座は都合により中止又は延期になる場合があります
- ◎ 子どもだけで遊ばせたり、目を離したりしないでください
- ◎ 貴重品は身につけるか貴重品BOXをご利用ください

| 日   | 月   | 火  | 水                                | 木  | 金  | 土   |
|---|---|--|----------------------------------|--|--|---|
|  <p><b>休日一時保育のご案内</b><br/>           実施日：土、日、祝日 8:00～18:00<br/>           対象：三条市在住の満1才から就学前の児童<br/>           定員：5人 / 料金：1時間300円</p> |   |  |                                  | 1<br><b>0才ひよこ1くみ</b><br>(5ヶ月まで)<br>【持ち物】バスタオル<br>11:00～12:00<br>※時間が変わりました | 2  | 3<br><b>おはなし<br/>バスケット</b><br>14:00～14:30   |
| 4<br><b>おやこで<br/>HipHopダンス</b><br>11:00～11:30   | 5   | 6  | 7                                | 8<br><b>【要予約】<br/>子育てママの<br/>リラックスタイム</b><br>9:30～12:30<br><b>(保育付き)</b>   | 9<br><b>おながくあそび</b><br>15:00～15:30                             | 10  |
| 11<br>  | 12<br><b>0才ひよこ2くみ</b><br>(6～8ヵ月)<br>11:00～12:00<br>※時間が変わりました | 13<br><b>休館日</b>                           | 14<br><b>お誕生会</b><br>10:30～11:00 | 15   | 16<br><b>0才ひよこ3くみ</b><br>(9～11ヵ月)<br>11:00～12:00<br>※時間が変わりました | 17  |
| 18  | 19<br><b>サボリ筋<br/>セルフケア教室</b><br>10:30～11:00                  | 20<br><b>助産師・栄養士<br/>相談会</b><br>9:30～11:30 | 21                               | 22<br><b>親子で楽しむ<br/>音楽と絵本</b><br>10:30～11:00                               | 23   | 24<br> |
| 25<br><b>えいごであそぼう</b><br>11:00～11:30  | 26<br><b>1才ひよこくみ</b><br>11:00～12:00<br>※時間が変わりました             | 27<br><b>休館日</b>                           | 28                               | 29   | 30   | 31  |

4/16 から **予約受付開始**

◇ **子育てママのリラックスタイム** ◇

5月8日(木) 9:30～12:30 (一人30分 時間予約制)

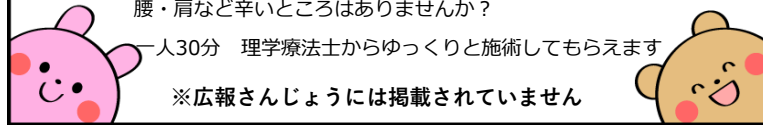
【対象】産後3カ月以降の子育て中のママ  
 ※妊娠安定期でもご参加いただけます

【定員】先着6人 【参加費】500円

【保育あり】3カ月～ ※同室も可

腰・肩など辛いところはありますか？  
 一人30分 理学療法士からゆっくりと施術してもらえます

※広報さんじょうには掲載されていません



**おやこでHipHopダンスのご案内**

広いアリーナで思いっきり体をうごかしませんか？  
 ステップをひとつひとつ教えてもらえるので、初めてでも  
 親子で楽しく踊れます



その他の講座はカレンダーの時間内にお越しいただくと自由に参加できます

ご不明な点がございましたら、お気軽にスタッフまでお声がけください