



# すまいるランド WithKids 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>七夕飾りをつくろう</b> 9:00～17:40 短冊に願いを込めて飾りましょう 期間:6/21～7/7		1	2	3 <b>【要予約】</b> <b>お子さんと一緒にゆるピラティス</b> 10:30～11:15 産後の身体に合わせた軽めのピラティス	4 <b>手形をとろう!</b> 10:00～11:30 成長の記録に手形足形をとりませんか?	5
6	7	8 <b>助産師・栄養士相談</b> <b>持ち物:母子手帳</b> <b>キラキラビューティタイム・ハンドケア</b> 9:30～11:30	9	10	11	12 <b>子どもゆめ基金助成活動</b> <b>でんちゃんのちょこっと劇場</b> 11:00～11:30
13 <b>おやこで作ろう</b> <b>「三角ヨット」</b> 10:00～12:00	14	15	16	17 <b>メロディのーと</b> 10:30～11:00 歌や音、リズムで親子で音楽遊び♪ <b>当日受付先着10組</b>	18 <b>【要予約】</b> <b>わらべうたベビーマッサージ</b> 10:30～11:30	19 <b>おはなしポケットのおはなし会</b> <b>「ナイトシアター」</b> <b>19:30～20:00</b> パネルシアターと絵本の読み聞かせ
20 <b>赤ちゃんのお世話体験会</b> 10:30～11:30 正しい抱っこの仕方 おむつ交換等の体験	21 <b>休館日</b>	22 <b>【要予約】</b> <b>何から始める?性教育。ママのアップデート講座</b> 10:30～11:30	23	24 <b>【要予約】</b> <b>ツインスクラフ</b> 10:30～12:00 多胎児親子の情報交換・交流会	25	26 <b>【要予約】</b> <b>オセロ大会</b> 13:30～16:00
27 <b>おもちゃの病院</b> 13:30～15:00 診断無料、材料費として100円程度かかることもあります	28	29	30	31 <b>休館日</b>	<b>～休日一時保育のご案内～</b> <b>【実施日】</b> 土・日・祝日の開館日 8:00～18:00 <b>【対象】</b> 三条市在住の満1歳から就学前の児童 <b>【定員】</b> 5人(申込順) <b>【料金】</b> 1時間当たり 300円	

**◆予約が必要な講座◆**  
**講座の受付は6月17日(火)**  
**9:00スタート**です  
 \*お申込み開始初日はお一人様1講座のみ、18日(水)からは空いている講座を複数でも受付いたします  
 \*講座は都合により中止になる場合があります

**・お子さんと一緒にゆるピラティス・**  
**3日(木) 10:30～11:30**  
**【対象】** 2ヶ月～3歳頃のお子さんとママ  
**【定員】** 先着5組 **【参加費】** 500円  
**【持ち物】** バスタオル・水分補給用の飲み物  
 ・妊娠中の方はご遠慮ください

**・わらべうたベビーマッサージ・**  
**18日(金) 10:30～11:30**  
**【対象】** 2ヶ月～アンヨが始まる頃の子どもとママ  
**【定員】** 先着10組 **【参加費】** 500円  
**【持ち物】** バスタオル・水分補給用の飲み物

**・何から始める?性教育ママのアップデート講座・**  
**22日(火) 10:30～11:30**  
**【対象】** 小学校低学年までを子育て中のママ  
**【定員】** 先着10組 **【参加費】** 500円

**・ツインスクラフ・多胎児親子の交流会**  
**24日(木) 10:30～12:00**  
**【対象】** 多胎児を出産予定か子育て中の方  
**【参加費】** 無料

**・オセロ大会・**  
**26日(土) 13:30～16:00**  
**【対象】** 小学生  
**【参加費】** 無料  
**【申込期限】** 7月23日(水)

- ・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。



# あそぼって With kids 講座のご案内

## 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
<b>休日一時保育のご案内</b> 実施日：土・日・祝日 8:00～18:00 対象：三条市在住の満1才から就学前の児童 定員：5人 / 料金：1時間300円		<b>1 助産師相談会</b> 9:30～11:30 <b>【持ち物】</b> 母子手帳	2	<b>3 0才ひよこ1くみ</b> (5ヶ月まで) <b>【持ち物】</b> バスタオル 11:00～12:00	4	<b>5 おはなし バスケット</b> 14:00～14:30
<b>6 おやこで HipHopダンス</b> 11:00～11:30	<b>7 0才ひよこ2くみ</b> (6～8ヵ月) 11:00～12:00	<b>8 休館日</b>	<b>9 お誕生会</b> 10:30～11:00	<b>10 【要予約】 子育てママの リラックスタイム</b> 9:30～12:30 (保育付き)	<b>11 おんがくあそび</b> 15:00～15:30	12
13	<b>14 0才ひよこ3くみ</b> (9～11ヵ月) 11:00～12:00	<b>15 助産師・栄養士 相談会</b> 9:30～11:30 <b>【持ち物】</b> 母子手帳	16	17	<b>18 サボリ筋 セルフケア教室</b> 10:30～11:00	19
20	21	<b>22 休館日</b>	23	<b>24 親子で楽しむ 音楽と絵本</b> 10:30～11:00	25	26
<b>27 えいごであそぼう</b> 11:00～11:30	<b>28 1才いすくみ</b> 11:00～11:30 季節の絵本と 製作遊び	<b>29 ※子どもゆめ基金 助成活動</b>	<b>30 2才うさぎくみ</b> 11:00～11:30 ふれあいあそび 製作あそび	31	<b>【要予約】</b> 講座以外は時間内にお越し 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	

### 予約が必要な講座

#### ◇子育てママのリラックスタイム◇

※広報さんじょうには掲載されていません

7月10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

### 講座紹介

#### 『サボリ筋セルフケア教室』講座

サボリ筋とは・・・

普段あまり使わない、サボりがちな筋肉のことを指します  
 家でもできる簡単なセルフケアを教えてもらって、様々な  
 体の不調を改善し元気に子育てできる体づくりをしましょう



申込み問合せ先

子育て拠点施設 あそぼって

三条市興野1丁目2番30号

TEL: 0256-36-2181

メール: asobo@s-oyako1985.org

開館時間 9:00～18:00

休館日 第2・第4火曜日