

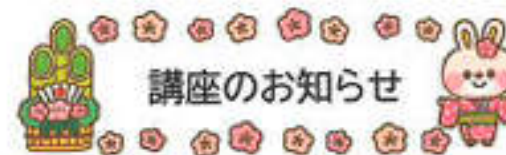


高森町子育て支援センター予定表

☆開館時間10時～15時☆

住所 高森町大字高森1621-5

TEL 0967-62-3311



講座のお知らせ

ママの骨盤矯正&ベビーヨガ

日付:1月15日(木)

時間:10時半～

場所:色見総合センター

準備物:麦茶などの水分補給ができるもの、タオル、動きやすい服装

内容:講師の橋本優先生に、産後緩んだ骨盤底筋群を引き締めるエクササイズや、ベビーとのふれあいヨガやマッサージ、お家で出来る便秘解消マッサージを教えてください♪

*センターは終日閉館します。

色見保育園との交流会

日付:1月23日(金)

時間:10時半～

場所:色見総合センター

内容:色見保育園の子どもたちと一緒に遊びますよ♪新聞紙ドームを持っていく予定です(*^^*)準備物は特にありませんが、水分補給ができるものをお持ちください。前日までに予約をお願いします。

*センターは終日閉館します。

月	火	水	木	金	土	日
			1 元 日	2 休 み	3 休 み	4 休 み
5 仕事始め	6 すくすくデー	7	8	9	10 休 み	11 休 み
12 成人の日	13	14	15 ママの骨盤矯正& ベビーヨガ	16	17 休 み	18 休 み
19	20	21	22	23 色見保育園 との交流会	24 休 み	25 休 み
26	27	28	29	30	31 休 み	



マークが自由来館となります。