



第8号 (第15号)

令和6年10月21日

くるんと子育て支援センター

TEL 87-3261

《HPアドレス》

<https://ohisama-nagai.jp/kurunto/>

地元の新米も出始め、令和の米騒動も収まってきました。さあ、「食欲の秋」です。おいしいお米とおいしいおかずで、もりもり食べて元気に過ごしましょう。いっぱい食べて、いっぱい寝る子は免疫力もいっぱいです。これからくる冬に備えて、しっかり体を作っていきましょう。



日	月	火	水	木	金	土
					1 AM/PM 体操と絵本の 読み聞かせ	2 AM/PM 体操と絵本の 読み聞かせ
3 文化の日 AM/PM 体操と絵本の 読み聞かせ	4 振替休日 AM/PM 体操と絵本の 読み聞かせ	5 AM/PM 体操と絵本の 読み聞かせ	6 AM/PM 体操と絵本の 読み聞かせ	7 AM/PM 体操と絵本の 読み聞かせ	8 助産師相談 10:30~11:30 AM/PM 体操と絵本の 読み聞かせ	9 AM/PM 体操と絵本の 読み聞かせ
10 AM/PM 体操と絵本の 読み聞かせ	11 AM/PM 体操と絵本の 読み聞かせ	12 休館日	13 AM/PM 体操と絵本の 読み聞かせ	14 育児講座AM 「作ってみよう」 AM/PM 体操と絵本の 読み聞かせ	15 AM/PM 体操と絵本の 読み聞かせ	16 AM/PM 体操と絵本の 読み聞かせ
17 AM/PM 体操と絵本の 読み聞かせ	18 AM/PM 体操と絵本の 読み聞かせ	19 保健師相談 10:30~11:30 AM/PM 体操と絵本の 読み聞かせ	20 リフレッシュ講座 ママサロン 10:30~12:00 AM/PM 体操と絵本の 読み聞かせ	21 育児講座 マタニティヨガ 10:30~ AM/PM 体操と絵本の 読み聞かせ	22 AM/PM 体操と絵本の 読み聞かせ	23 勤労感謝の日 AM/PM 体操と絵本の 読み聞かせ
24 AM/PM 体操と絵本の 読み聞かせ	25 AM/PM 体操と絵本の 読み聞かせ	26 休館日	27 AM/PM 体操と絵本の 読み聞かせ	28 ナーシングドゥーラ 相談14:00~15:30 AM/PM 体操と絵本の 読み聞かせ	29 AM/PM 体操と絵本の 読み聞かせ	30 AM/PM 体操と絵本の 読み聞かせ

くるんと子育て支援センターからのお知らせ

★11月21日の「マタニティヨガ」は、支援センター初の試みです。5か月ぐらいの安定期から産み月までの妊婦さんが対象です。お知り合いに対象となる方がいらしたら、ぜひお声をかけてみてください。もちろん参加費は無料です！

11月20日(水)10:30~のリフレッシュ講座「ママサロン」は、1回目を5月に行いましたので今回は第二弾となります。今回も先着3名様で、予約が必要です。ご希望の方は、支援センターの予約受付用紙にお名前をご記入ください。なお、今回初めての人を優先とさせていただきます。(※ただし、申込者が人数に満たなかった場合に限り、前回ご利用なされた方もOKとします。)