



# 令和6年度 すくすくひろば行事予定

4	 お休み	10	10月30日(水) 13時~14時30分 ハロウィーンを楽しもう 
5	お休み 	11	11月25日(月) 13時~14時30分 クリスマスデコレーションを作ろう
6	6月3日(月) 10時~11時30分 ママの肩こり腰痛予防体操 「 <u>保育所の出前訪問があります</u> 」 	12	12月20日(金) 10時~11時30分 絵本大好き会と 合同クリスマス会 
7	 7月1日(月) 10時~11時30分 七夕飾りをつくろう	1	1月31日(金) 10時~11時30分 ママのストレッチヨガ 「 <u>保育所の出前訪問があります</u> 」
8	8月19日(月) 10時~11時30分 ママの夏バテ&むくみ解消体操 「 <u>保育所の出前訪問があります</u> 」	2	2月3日(月) 10時~11時30分 節分を祝いましょう 
9	 9月30日(月) 13時~14時30分 ミニ運動会	3	3月3日(月) 10時~11時30分 一年間ありがとうの会 



## すくすくひろば



すくすくひろばは、育児についてママ達が気軽に話し合い、親子で体を楽しく動かす場です。皆さんも育児についての悩み・ストレスを解消し、お友達をたくさん作りませんか？

講師 マスターコンディショニングインストラクター 木内ひとみ先生  
会場 三谷コミュニティセンター 大ホール  
参加費 1回 100円 (登録が必要です)  
持ち物 水筒、汗ふきタオル など

問い合わせ先

三谷コミュニティセンター  
889-4938