



令和7年度 すくすくひろば行事予定

4	お休み	10	10月2日（木） 10時～11時30分 ハロウィーンを楽しもう	
5	お休み		11	お休み
6	6月2日（月） 10時～11時30分 ママの肩こり腰痛予防体操 保育所の出前訪問があります		12	12月12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7日（月） 10時～11時30分 七夕飾りをつくろう		1	1月16日（金） 10時～11時30分 ママのストレッチヨガ 保育所の出前訪問があります
8	8月4日（月） 10時～11時30分 ママの夏バテ＆むくみ解消体操 保育所の出前訪問があります		2	お休み
9	9月1日（月） 10時～11時30分 ミニ運動会		3	3月2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、お友達をたくさんつくりませんか？

講師 マスター・コンテ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 (初回申し込みが必要です)

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