



深川北 みずべ1月のプログラム

◎のプログラムは事前予約が必要です。
なお相談に関しては随時受け付けていま
す。また電話でも受け付けできます。

日	月	火	水	木	金	土
					4	5
	 12/29(土)~1/3(木)は お休みです。 年始は1/4(金)からです。					
6	7 ひろばやすみ	8	9 ◎ハンドトリートメント 10:30~12:00 おはなしかい 10:30~11:00	10	11	12 ◎マタニティヨガ 10:00~11:30 ◎パパCafé 10:30~11:30
13	14 成人の日	15 ◎助産師さんの 個別ケア 13:45~15:30	16 わらべうた 10:45~11:30 おはなしかい 13:45~14:15	17 ◎ベビータッチ 10:15~11:30	18 ★小松橋出張 ひろば	19 誕生日会 11:00~11:30
20	21 ★深北出張ひろば すこやかマンデー ひろばやすみ	22 ◎ようこそみずべへ 14:00~14:30	23 すこやか測定 10:15~11:30	24 すこやか測定 10:30~11:45	25 すこやか測定 10:30~11:45 おもちゃ病院 13:30~15:30	26
27	28 ひろばやすみ	29 baby room 13:15~14:45	30	31	★各種講座については、 区内の方を優先とさせて いただきます。 	

すこやかマンデー 21日(月) 10:30~12:00

おもに発達に心配のあるお子さんやしょう
がいのあるお子さんの親子を対象にした
プログラムです。ひろばがお休みの月曜日
の午前中、思いっきり遊びませんか？



助産師さんの個別ケア 15日(火) 13:45~15:30

個別で助産師の相談や手当を受けることがで
きます。おっぱいに関すること(乳腺炎・おっぱ
いの量)、産前・産後の心身の変化、自宅分娩
についての相談や赤ちゃんの体重の増えなど
育児相談もできます。

★20分ずつ 定員:4名
★1月8日(火)10:00より電話受付



☆あそびのひろば 火曜日~土曜日

10:00~16:00

どうぞ親子で
遊びにいらしてください。

☆ハンドトリートメント

9日(水)10:30~12:00

お母さんのためのハンドマッサージです。
人数が限られていますので1回のみ
の受付になります。

申込み:1月4日(金)の10:00~
電話受付 15分ずつ 定員5名

☆ベビータッチ

17日(木)10:15~11:30

首がすわったところからハイハイ前までのお
子さんが対象です。
人数が限られていますので、1回のみ
の受付になります。

申込み:1月10日(木)の10:00~
電話受付 定員8名

★予防接種72時間以内のベビータッチは
避けてお申込み下さい。

わらべうたあそび

16日(水)10:45~11:30

ふれあい遊びを通してお子さんと
楽しい時間を紡ぎましょう。

☆講師 久津摩英子さん
親子遊びのエキスパートです。

*申し込みは必要ありません。
ズボンなどの動きやすい服装で
ご参加ください。

すこやか測定

23日(水) 10:15~11:30

24日(木) 10:30~11:45

25日(金) 10:30~11:45

※23日(水)の“すこやか測定”は
10時15分~11時30分です。
時間が変更になっています。
ご確認下さい。



<子育て相談>

面接 9:00~17:30 電話 9:00~18:00

子育ての悩みや不安、こどもの成長・発達につ
いての心配などありましたら、いつでもお電話、あ
るいはスタッフに声をかけてください。

一緒に考えていきましょう。

※月曜日には相談日を設けていますので
事前にお申込みください。

<家族相談>

1月 8日(火) 10:00~13:00

1月22日(火) 10:00~13:00

家族の問題、お母さん自身の悩みについての
相談。前もってお申込みください。

<発達相談>

1月19日(土) 13:00~16:00

ことばが遅い、人との関わりがちよっととりづ
らいなどの個別の発達相談です。前もって申
込みください。

★深北子育てひろば(出張ひろば)

場所:深川北スポーツセンター1F研修室
1月21日(月) 10:00~11:45

★小松橋 子育てひろば(出張ひろば)

場所:小松橋区民館 3F和室
1月18日(金) 10:00~11:45

マタニティヨガ

12日(土)10:00~11:30

対象:妊娠17週~37週までの妊婦さん
第一子の妊婦さん

講師:yoga instructor みづほさん
定員:6名

★申込み受付:随時受付中

