

大島みずべ 7・8月の予定表



日	月	火	水	木	金	土
	7月			1	2 ◎ボディケア 10:00~	3
4	5 相談室 ひろば休み ◎亀戸子育てひろば 10:00~	6 グループ 懇談会⑤	7 ○夏のおはなし会 10:30~	8 ◎リズム遊び 14:00~	9 ◎フレンズクラブ 14:00~	10
11	12 相談室 ひろば休み	13	14 ◎あつまれ! みず baby 10:30~	15 ◎栄養士さんを 囲んで 10:30~11:15	16 ◎助産師さんとの 個別相談 13:30~	17 ◎マタニティヨガ 10:00~
18	19 相談室 ひろば休み	20 グループ 懇談会⑥	21 ○おはなし会10:30~ ◎亀戸スポーツセン ター子育てひろば 10:00~	22	23	24
25	26 相談室 ひろば休み ◎すこやかマンデー 10:30~	27	28 ○おはなし会10:30~ ◎あつまれ! みず baby 14:30~	29 ◎オンライン おしゃべり会 10:30~	30	31

日	月	火	水	木	金	土
1	2 相談室 ひろば休み ◎亀戸子育てひろば 10:00~	3	4 ○おはなし会 10:30~	5	6	7
8	9	10	11 ◎あつまれ! みず baby 10:30~	12	13	14
15	16 相談室 ひろば休み	17	18	19 ○おはなし会 10:30~	20	21
22	23 相談室 ひろば休み ◎すこやかマンデー 10:30~	24	25 ◎あつまれ! みず baby 14:30~	26	27 ◎ハローみずべ 10:00~	28
29	30 相談室 ひろば休み	31	プログラムの申込受付は、 10:00~16:00 です			8月

リズム遊び
7月8日(木) 14:00~
親子で歌やリズムに合わせて体を動かしながら楽しく過ごしましょう。
・定員：6組
・申込：6月28日(月) 10:00~ 電話にて(先着順)

あつまれ!みず baby
① 7月14日(水)10:30~11:30 ② 7月28日(水)14:30~15:30
③ 8月11日(水)10:30~11:30 ④ 8月25日(水)14:30~15:30
赤ちゃんとお母さんたちの交流の時間です。たくさんおしゃべりしましょう。
・対象：6ヶ月頃までの乳児おやこ(第1子のみ)
・定員：各回6組程度
※参加は1ヶ月に1回まで
・申込：①②：7月1日(木)10:00~ ③④：8月2日(月)10:00~ 電話にて(先着順)

**栄養士さんを囲んで
~離乳食のおはなし~**
7月15日(木) 10:30~11:15
食べる?食べない?これでいいのかな?進め方は?など皆で話しませんか。栄養士さんも参加します。
・講師：大森 玲子(管理栄養士)
・対象：中期以降~1歳くらい
・定員：4組
・申込：7月1日(木)10:00~ 電話にて(先着順)

助産師さんとの個別相談
7月16日(金) 13:30~
お子さんの健康や育ち、お母さんの身体のこと等、助産師さんとゆっくりお話しができます。
・定員：4名(1人20分程度)
・申込：6月25日(金)~7月9日(金) 10:00~ 電話にて(抽選)

マタニティヨガ
7月17日(土) 10:00~
お腹の赤ちゃんにヨガでリラックスしませんか。
対象：17週~37週の妊婦さん
定員：5組
申込：6月26日(土)10:00~(先着順)
初妊婦さんを優先させていただきます。

オンラインおしゃべり会
7月29日(木) 10:30~11:00
テーマ「赤ちゃんとお母さんの夏の便利グッズ教えて!」
~先輩ママにも聞いてみませんか~
スタッフのわらべうたの紹介もあります
・定員：4組程度
・申込：7月8日(木) 10:00~ 電話にて(先着順)

ハローみずべ
8月27日(金)10:00~11:15
「みずべってどんなところだろう?」初めてみずべを利用する方の時間です。みずべの紹介や出会いのプログラムなどを用意してお待ちしています。今年度から助産師さんも参加します。
・定員：6組
・対象：6ヶ月くらいまでのお子さん
・申込：8月6日(金)10:00~ 電話にて(先着順)

すこやかマンデー
① 7月26日(月) ② 8月23日(月)
①②ともに 10:30~
主に発達に心配のあるお子さん、障がいのあるお子さん親子を対象にしたプログラムです。ゆったりとしたひろばで自由に遊べます。
・申込：① 7月5日(月)10:00~ ② 8月2日(月)10:00~ 電話での事前予約制

ボディケア
9月3日(金)10:00~
助産師さんが身体の凝りや歪みを一人ひとりケアしていただきます。保護者の方向けのプログラムです。
・定員：4名(1人20分程度)
・申込：8月20日(金)~8月27日(金) 10:00~ 電話にて(抽選)

全てのプログラムは緊急事態宣言により中止となる場合があります。中止の際は、ポータルサイトでお知らせします。

出張ひろば

◎亀戸子育てひろば
① 7月5日 ② 8月2日 ③ 9月6日
いずれも月曜日 10:00~11:30
・申込：①受付中 ② 7月12日(月)10:00~ ③ 8月16日(月)10:00~ (先着順)
・場所：青少年交流プラザ 3階多目的ルームB (亀戸7-41-16)
・定員：6組程度

◎亀戸スポーツセンター子育てひろば
① 7月21日(水) ② 9月2日(木)
いずれも 10:00~11:30
・場所：亀戸スポーツセンター3階(亀戸8-22-1)
・申込：① 6月30日(水)10:00~ ② 8月12日(木)10:00~ (先着順)
・定員：10組程度

※電話予約が必要です。当日の対応はしていません。必ず事前にお申し込みください。