

## パパとベビータッチ

2月1日(土) 10:15~11:30

対象:首のすわったところからハイハイ前までの  
お子さんとお父さん

☆予防接種72時間以内のベビータッチは避けてお申込み  
ください。

定員:8名 講師:小山 真理子さん

持ち物:バスタオル・ハンドタオル

赤ちゃんの着替え・オムツ・ミルク

☆申込み:受付中

☆お母さんは別のお部屋でお待ちいただきます。



## ベビママヨガ



2月8日(土)10:00~11:30

定員:6組

対象:お母さんとハイハイが始まる前のお子さん

持ち物:バスタオル(お子さん用)

講師:yoga instructor みづほさん

申込み:1月25日(土)10:00~電話受付

産後の疲れた体を、ヨガでリフレッシュしましょう。

## ふたごちゃんのつどい

2月22日(土)10:30~11:30



ふたごちゃんの子育てならではの喜び・工夫な  
どの体験を語り合う親子の交流の場です。  
三つ子ちゃんや、ふたごちゃんの妊婦さんも  
大歓迎です。

パパやご家族の参加もお待ちしております。

☆申込み:受付中!!

## お母さんと赤ちゃんのためのお食事のはなし ~ご飯とお味噌汁を作って試食しましょう~

2月13日(木) 10:15~11:45

対象:離乳食の中・後期くらいから完了期までのお子さんの  
保護者(一人のお子様に対し、1回までとさせていただきます。)

※お子さんはひろばでボランティアさんとスタッフが保育します。

講師:田中久実子さん(管理栄養士)

定員:6名

場所:2階きつずクラブ室

材料費:100円

☆申込み受付:1月27日(月)10:00~電話受付(先着順)



## 東京マラソン応援ボードをつくろう ~「いいね 森下」共催ワークショップ~

2月14日(金) 14:00~15:30

3月に行われる東京マラソンの応援ボードを  
作るワークショップです。絵の具でペタペタ、  
カラフルな応援ボードを作ってみましょう。

対象:2歳以上の親子

※汚れてもいい服装で来てください。



3月の  
予告♪

## 佐藤さんのおはなし会



3月7日(土) 14:00~14:30

読み聞かせのスペシャリスト佐藤芳子さんによる  
おはなし会です。ブラックシアターもします♪  
みなさんのご参加お待ちしております。



江東区深川北子ども家庭支援センター “みずべ”

〒135-0005 江東区高橋14-6

電話 03-5600-8701

Fax 03-5638-7515

相談専用電話 03-5600-8708

E-mail fukagawakosodate@ka.baynet.ne.jp

URL <http://koto-kosodate-portal.jp/mizube/>