



こぼと子ども家庭サポートセンター
親子サロン ぽっぽ広場

1月のよてい



月	火	水	木	金	土	日
					1 元日	2
3 お休み	4 お休み	5 ぽっぽ広場	6 ぽっぽスペース	7 ぽっぽ広場	8	9
10 成人の日	11 ぽっぽスペース	12 ぽっぽ広場	13 ぽっぽスペース	14 ぽっぽ広場	15	16
17 ぽっぽ広場	18 ぽっぽスペース 尿モレと冷えの お話し	19 ぽっぽ広場	20 ぽっぽスペース	21 ぽっぽ広場	22	23
24 ぽっぽ広場	25 ぽっぽスペース	26 ぽっぽ広場	27 ぽっぽスペース ママのためのヨガ	28 ぽっぽ広場	29	30
31 ぽっぽ広場						



ぽっぽスペース イベント情報

【尿モレと冷えのお話し～さつき先生がやってくる～】

1/18(火)10:00～受付開始

さつき助産院のさつき先生がやってきます！女性特有のお悩み「尿漏れ」「冷え」のお話しをしていただきます♪

【ママのためのヨガ】1/27(木)10:00～受付開始

初心者大歓迎！！子育てを頑張るママのためのヨガ教室です。
一緒にリフレッシュ、リラックスしませんか？妊婦さんも参加OKです！
(妊娠15週以降で運動許可の出ている方)
ヨガの最中は、お母さんの近くでスタッフがお子さんと一緒に遊びます(*~*)
※詳細は別紙をご確認ください。 【講師】東原あかねさん

ご予約について

こぼと子ども家庭サポートセンター

☎077-522-2910

平日:9:00-16:00

- ・ご利用の3日前から予約可能です。
- ・当日でも空きがあれば利用可能です。
- ・予約状況はホームページで確認していただけます。

※予約時に参加者の体調をお伺いさせていただきます。

