



育児講座 「歯科相談・はみがき教室」 (要予約)

※電話・ネットでのお申し込みはできません(10/20より申込み開始)

「わたぐも保育園」の嘱託医による歯科相談を行います。

歯磨きの開始時期、指しゃぶり、正しい歯磨きの仕方や歯並びなど…ちょっとした疑問や、悩みをこの機会に歯医者さん&歯科衛生士さんに聞いてみませんか?お口の中の個別診察も行います。

日 時 11月28日(金)

9:45~歯科医のおはなし

個別診察は、来所順に番号札をお渡しします

場 所 わたぐもこどもセンター

定 員 20名(未就学児)

費 用 無料

※診察・相談が終わりましたら、すみやかに帰ってください。

※「すくすく歯日記」をすでにお持ちの方はご持参ください。

※キャンセルはわかり次第ご連絡ください。



11月生まれお誕生日会



11月11日(火) 10:00~

参加されたお誕生児にはプレゼントがあります。
オープンスペースなので、誕生日じゃないお友達も参加できます。みんなで、お祝いしてあげましょう。

避難訓練

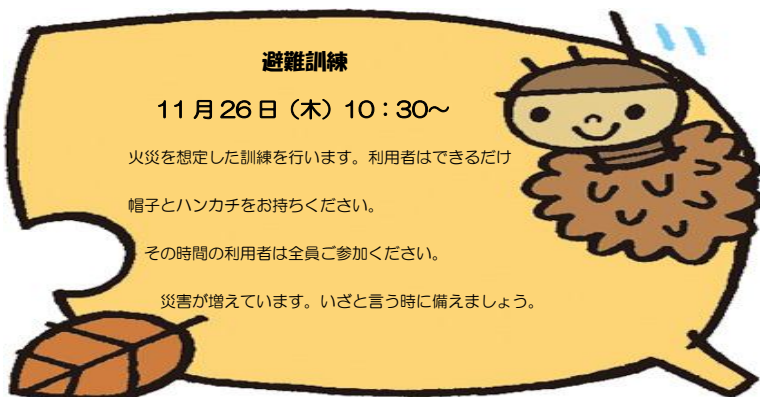
11月26日(木) 10:30~

火災を想定した訓練を行います。利用者はできるだけ

帽子とハンカチをお持ちください。

その時間の利用者は全員ご参加ください。

災害が増えています。いざと言う時に備えましょう。



ハッピーマタニティ(要予約)

※電話予約 070-6657-7695 平日9時~14時

『マタニティヨガ』は、妊娠中の運動不足の解消や、柔らかい呼吸をイメージして、お腹の赤ちゃんを感じたり、ご自身の気持ちもリフレッシュへ導く方法の1つです。
やさしいヨガの内容となりますので、産後のママさんもお子さんと一緒にご参加頂ける内容です。

日 時 11月21日(金) 13:00~14:00 (10分前に受付開始)

対 象 妊婦さんと産後6か月くらいまでの親子

定 員 5組

講 師 久保田 朱沙 先生

- ・千葉県出身・中3と小4の2児の母・保育士、幼稚園教諭二種免許
- ・RYT200(全米ヨガ・アライアンス)・FTP マットピラティス
- ・ベビーダンスインストラクター・ベビトレヨガインストラクター

持ち物 水分補給の飲み物(水か麦茶)、汗拭きタオル 動きやすい服装(スカート NG)

