

# \* \* \* \* \* 11月の講座ご案内 \* \* \* \* \*

## 10月から子育て講座を再開します



### ヨガ(大人)

【講師】風岡 久美氏

心と体のバランスを整えましょう。身体を動かしてリラックスしてみませんか?

【日時】11月2日(火) 10:30~11:30

【場所】4階交流サロン 多目的スペース

【対象】大人10名(託児8名まで)

【申込み】10月2日~電話・来所にて先着順  
\*休館日は、講座の申し込みはできません。

### ベビーリトミック

【講師】井上 里美氏

ピアノのリズムに合わせて体を動かしたり、歌を歌ったりして親子で楽しみましょう。

【日時】11月12日(金) 10:30~11:00

【場所】4階交流サロン 多目的スペース

【対象】1~2歳未満の親子(事前予約8組)

【申込み】10月12日~電話・来所にて先着順  
\*休館日は、講座の申し込みはできません。

### 未来サポーターによる入園の話

子ども未来サポーターが、静岡市の認定こども園・保育園・幼稚園・小規模保育施設などの入園の流れについて説明します。10月より個別相談で受け付けします。(1組30分)

【日時】11月22日(月) 10:00~11:30

【場所】4階交流サロン 多目的スペース

【対象】未就園児の親子(事前予約6組)

【申込み】10月22日~電話・来所にて予約開始



### あかちゃんサロン ぴよぴよ

『ぴよぴよ』は、子育てがスタートしたばかりのママと赤ちゃんのための交流の場です。同じくらいのお子さまをもつママたちと一緒に、フリートークやふれあい遊び等で、ゆったりとした時間を過ごしましょう。遊びに来てくださいね!

【日時】11月25日(木) 13:30~14:30

【対象】0才~よちよち歩きぐらいまでの子様と  
その保護者(事前予約6組)

【場所】4階交流サロン 多目的スペース

【申込み】10月25日~電話・来所にて予約開始

### タッピングタッチ

【講師】近藤 亜美氏

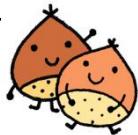
指先を使ってトントントン…赤ちゃんとスキンシップをしてみませんか?

【日時】11月8日(月) 10:30~11:30

【場所】4階交流サロン 多目的スペース

【対象】1歳未満の親子(8組)

【申込み】10月8日~電話・来所にて先着順



### 親力フェ

【講師】岡山 晃一郎氏

『自分に自信がなくなった時の対処法』

【日時】11月16日(火) 13:00~13:30

【場所】4階交流サロン 多目的スペース

【対象】未就学児の親子(事前予約8組)

【申込み】10月16日~電話・来所にて予約開始

### 助産師さんに相談しましょう

助産師による身長・体重測定の後、  
育児相談ができます。



【日時】11月26日(金) 13:30~15:00

【場所】4階交流サロン 多目的スペース

【対象】1歳までの親子(事前予約4組)

【申込み】10月26日~電話・来所にて予約開始

【持ち物】母子手帳・フェイスタオルをご持参ください

