



日	月	火	水	木	金	土
1	2	おはなしの会 11:00~ 14:00~	3 つくってかざっチャオ☆ 10:30~11:30 13:45~14:45	4	5	6 ママのストレッチ体操 10:30~11:30
8	9	10	11 休館日	12 おはなしの会 11:00~ 14:00~	13 バランスボール 10:30~11:30	14
15	16	17	18	19 保健師さんと話そう 14:00~14:30	20 お休み	21 おはなしの会 11:00~ 14:00~
22	23	24	25 とんとんむぎゅー 11:00~ 14:00~	26 栄養士さんと話そう 14:00~14:30	27 おはなしの会 11:00~ 14:00~	28
29	30	31	OPEN 月曜~土曜(祝日を除く) 10:00~15:00 *第2水曜日はお休みです。 〒197-0804 あきる野市秋川1-8 Tel/Fax 042-533-3818			

月に1度、避難訓練を行います。  
予告なしでの実施となりますので  
ご協力ををお願いいたします。

いつでも離乳食を食べられるように、  
パーテーションを使って空間を仕切っています。  
ご希望の方は、どうぞスタッフにお知らせくださいね。

初めてひろばに来た方を対象に来所記念として  
お子さんの足形をとり、プレゼントしています。  
開所日ならいつでもできます。

## 子育て講座「ママのストレッチ体操」

肩こり、腰痛に効く体操をします。

## 要予約

期日	3月6日(金)
時間	午前10時30分~11時30分
場所	子育てステーションここのの研修室(トラストルピア2階)
講師	菅原 順子さん
対象	市内在住の産後半年から1年未満までの母親とその子ども
定員	15組(申込み順)
現在申し込み受付中	定員に達している場合はキャンセル待ちとなります。
持ち物など	飲み物、動きやすい服装
費用	無料
申し込み受付時間	午前10時~午後6時30分
申込み・問合せ	子育て支援総合窓口(電話 042-550-3355)

## バランスボールでリフレッシュ

『バランスボールで弾むと心も体もスッキリ軽くなる』を  
体感してみませんか?

## 要予約

期日	3月13日(金)
時間	10:30~11:30
場所	子育てステーションここのの 研修室 (トラストルピア2階)
対象	市内在住の3か月~11か月までの赤ちゃんのママ
定員	6組
持ち物など	飲み物、動きやすい服装
申込み期間	2月18日(水)10:00~ (定員になり次第締め切ります)
申し込み電話番号	042-533-3818 開所時間内に受け付けます。電話またはひろばで 直接スタッフにお声掛けください。

保育あります

## つくってかざっチャオ☆

季節の工作を楽しんで  
お家に飾ってみませんか?工作の間、お子さんは  
スタッフと遊んで過ごします。

## おはなしの会

絵本や紙芝居を親子で楽しんでくださいね。

## とんとんむぎゅー

親子でふれあい遊びを楽しみましょう。

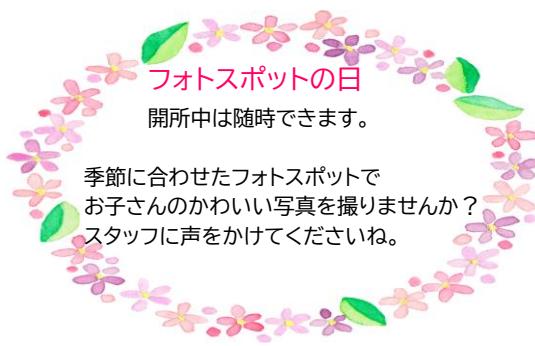
## 保健師さんと話そう

健康に関するちょっとした疑問や  
気になることなど、保健師さんに  
気軽に相談してみませんか。  
小さなことでも大丈夫です。  
ぜひお声がけください。

## 栄養士さんと話そう

離乳食や大人の食事について  
聞きたいことがありましたら  
お気軽にご相談ください。

## おさんぽ花見会

3月下旬におさんぽ花見会を予定しています。  
あきる野っ子から出発し桜や季節の花々を眺め  
散策してあきる野っ子に戻るコースです。  
日程につきましては桜の開花状況を見ながら決定し  
ひろばでの掲示や LINE 配信でお伝えします。

## 子育て相談

ひろばは、子育てについて学んだり、情報交換を  
しながら、ゆったり過ごせる場所です。  
お子さんと過ごすなかで、話したいことや相談したい  
ことがありましたら、どうぞお気軽に  
お声がけください。スタッフ一同、皆さんとお会い  
できるのを楽しみにしています。