

# ルンビニこども園子育てひろばさるなあとNo.247

〒624-0929 舞鶴市字寺内90番地 TEL0773-76-8333 令和7年12月25日発行



親子で楽しめるおもちゃコーナーや何でも話せるスタッフがいるアットホームなひろばです！



初めての方や、妊婦さんも安心して気軽に来てくださいね♪



## 正月あそびを楽しもう

\* 日時：1月7日（水）10時30分～11時30分（受付10時～）

\* 場所：さるなあと2階 \* 定員（先着順）：10組

\* 申込み：12月9日(火)9時30分～前日14時まで

\* 内容：親子でお正月あそびを楽しみましょう♪ まいココ申込可

## サルナース

\* 日時：1月15日(木)10時～11時／11時～12時

◎看護師による健康相談も随時受付します。

### ★時間を区切っての予約制となります（1時間15組まで）

\* 場所：さるなあと2階

\* 定員（先着順）：30組（1時間15組）

\* 申込日：1月11日(木)9時30分～前日14時まで

\* 持ち物：バスタオル、成長カード

\* 内容：身長・体重測定、足形スタンプ（手形はありません）

## カラダスマイル

\* 日時：1月20日(火) 10時30分～11時45分（受付10時～）

\* 場所：城南会館（ホール）

\* 講師：長崎 優子 氏 \* 定員（先着順）：15名

\* 参加費：500円 \* 託児あり：300円（満2ヶ月～）

\* 申込日：1月10日(木)9時30分～1月6日(火)14時まで

\* 持ち物：タオル、水分補給

### ★ヨガマットのご用意をお願いします。

\* 内容：出産によってゆがんだ骨盤を整え産後の回復を

目指します。赤ちゃんとの暮らしを楽しみ

心から笑顔になれるための時間です。



## マタニティヨガ

\* 日時：1月21日(水) 10時30分～11時45分（受付10時～）

\* 場所：城南会館（ホール） \* 講師：長崎 優子 氏

\* 定員（先着順）：7名 \* 持ち物：タオル、水分補給

\* 参加費：500円 \* 託児あり：300円 まいココ申込可

\* 申込日：1月10日(木)9時30分～1月20日(火)14時まで

【託児ご利用の方の申込締切 1月14日(木)14:00まで】

\* 内容：腰痛や背中の痛み、足のむくみなど

妊娠中の不快な症状を和らげ、前向きな気持ちで

出産に臨めるように心と体のバランスを整えていくヨガです。

## 手形・足形アート

\* 日時：1月28日(水) 10時～12時

\* 場所：さるなあと2階 \* 参加費：200円

\* 定員（先着順）：6組 \* 対象年齢：3ヶ月以上

\* 申込日：1月8日(木)9時30分～前日14時まで

\* 内容：A3台紙に、はらぺこあおむしを手形・足形で作ります。

\* お子さんと一緒に過ごしながらになりますので、抱っこ紐などの

ご用意をしていただけますと作業がしやすいと思います。

\* お子さんの写真を作品に使われる方はご準備ください。

## おでかけさるなあと in 城南会館

\* 日時：1月29日(木) \* 場所：城南会館（ホール）

### 【親子リズム】 10時30分～11時30分（受付10時15分～）

\* 講師：熊谷記江氏 \* 参加費：200円 \* 定員（先着順）：20組

\* 対象年齢：3ヶ月以上（首が座ったころから）

\* 申込日：1月25日(木)9時30分～前日14時まで まいココ申込可

## 【ひろば開設】ホール 12時～14時30分

お食事ご持参の方はレジャーシートをお持ちください。



1  
がつ

# ～子育てひろば～

## ルンビニこども園さるなあと

### 月間スケジュール



日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
			<p>★印イベントは 電話、まいココWeb どちらでも予約可能です</p> 	臨時休館日	休館日	
4	5	6	<p>休館日</p> <p>9:30~15:00</p>	<p>正月遊びを 楽しもう♪ ★ 受付10:00~ 10:30~11:30</p> <p>午後休館</p>	<p>さるなあと開館 9:30~12:30</p> <p>-----</p> <p>午後休館</p>	
11	12	13				
18	19	20		<p>サルナース 10:00~12:00 熊谷先生とおしゃべりDAY (10:00~14:30) さるなあと開館 12:00~15:00</p>	<p>休館日</p>	
25	26	27		<p>カラダスマイル 受付10:00~ 講座10:30~11:45 (城南会館 ホール) さるなあと開館 13:00~15:00</p>	<p>マタニティヨガ★ 受付10:00~ 講座10:30~11:45 (城南会館 ホール) さるなあと開館 13:00~15:00</p>	<p>休館日</p>
				9:30~15:00		

【利用時間】9:30 (イベント日は10:00) ~15:00 ◆月・金 (第2以外) ・土・日・祝日は休館  
※各イベントは、事前お申込みが必要です。

※飲食のご利用が可能ですが。昼食時間は12:00~13:00までです。

※8日は、まいづるダブルケアえくぼさんが、10時30分~11時30分まで来てくださいます。