



ルンビニこども園 子育てひろば さるなあと No.250



〒624-0929 舞鶴市字寺内90番地 TEL0773-76-8333 令和8年3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♪



 **サルナース** 

★熊谷先生とおしゃべりDAY同時開催（10時～14時30分）

*日時：4月9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。

※**時間を区切った予約制となります（1時間15組まで）**

*定員（先着順）：30組（1時間15組）

*場所：さるなあと2階 *持ち物：バスタオル、成長記録カード

*申込日：3月12日(木)9時30分～前日14時まで

*内容：身長・体重測定、足形スタンプ（手形はありません）

 **マタニティヨガ** 

*日時：4月15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：3月11日(水)9時30分～4月14日(火)14時まで

【託児ご利用の方の申込締切 4月8日(水)14時まで】

*内容：腰痛や背中痛み、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：4月16日(木)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：4月2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。

 **カラダスマイル** 

*日時：4月21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）：20名

*参加費：500円 *託児あり：300円(満2ヶ月～)

*申込日：3月11日(水)9時30分～4月7日(火)14時まで

※託児キャンセル締切り 4月16日(木)15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。

 **消防署へ行こう** 

*日時：4月23日(木)10時30分～11時30分

*場所：西消防署

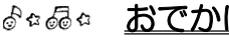
*集合場所：現地集合（西消防署）

*定員（先着順）：14組 まいココ申込可

*申込日：3月26日(水)9時30分～前日14時まで

*内容：西消防署で消防車や救急車を見学をしたりお話を聞かせていただきます。



 **おでかけさるなあと in 城南会館** 

*日時：4月28日(火) *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～）

*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：3月24日(火)9時30分～前日14時まで まいココ申込可

【ひろば開設】会議室 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。

 **春の料理教室** 

*日時：5月7日(木)9時30分～11時30分（受付9時～）

*講師：舞鶴料理学院 堀 祥子先生 *場所：西公民館

*定員（先着順）：16名（託児あり） *材料費：1,000円

*申込み：4月1日(水)9時30分～4月30日(木)14時まで

*献立：・かえるの飾り寿司・あさりとブロッコリーのレンジ蒸し
・いちご大福

※材料についてはまいココに掲載しています。

*持ち物：エプロン、三角巾、ふきん、マスク

※4月30日(木)14時以降のキャンセルはキャンセル料をいただきますのでご了承ください。

4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	4
★印イベントは電話、まいココWeb どちらでも予約可能です。 その他のイベントは電話予約のみ。			9:30~15:00	9:30~15:00	臨時休館日	
5	6	7	8	9	10	11
	休館日	さるなあと開館 9:30~13:00 ----- 午後休館	9:30~15:00	サルナーズ 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	さるなあと開館 9:30~12:30 ----- 午後休館	
12	13	14	15	16	17	18
	休館日	9:30~15:00	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	手形足形 アート 10:00~12:00 ----- さるなあと開館 12:00~15:00	臨時休館日	
19	20	21	22	23	24	25
	休館日	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	9:30~15:00	消防署へ行こう★ 受付10:15~ 10:30~11:30 (西消防署) ----- さるなあと開館 12:00~15:00	臨時休館日	
26	27	28	29	30	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px;"> 5/7(木)に西公民館共催 春の料理教室を行います。 4/1(水)より受付開始！ 献立は裏面に記載して います。  </div>	
	休館日	おでかけさるなあと in 城南会館 【親子リズム】★ 10:30~11:30 ※親子リズム終了後~ 14:30まで遊べます		9:30~15:00		

【利用時間】 9:30 ~ 15:00 ※イベントによって変更有り

◆月・土・日・祝日は休館 (他曜日臨時休館あり)

※飲食のご利用が可能です。昼食時間は12:00~13:00までです。

※2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。