

イベントのお知らせ
概ね1時間程度を予定

1(木) 要予約 10組 10:30~

何してあそぼ こどもの日

スタッフによる手遊び、絵本などのお遊び会と

手形と写真のワークショップ

14(水)要予約 10組 10:30~

産後ヨガ

助産師の吉田カナナ先生による
ママのためのやさしいヨガのプログラム。体をほぐしてスッキリ
お子さんはスタッフが見守りします
ので、安心して受けられます

19(月)要予約 10組 10:30~

リンパドレナージュ エクササイズ

講師の江添先生によるエクササイズ
簡単な動きでリンパを流して
体も心もリフレッシュ！お子さんは
ママの見えるところでスタッフが
見守るので安心して受けられます

27(火)要予約 10組 10:30~

ベビーマッサージ

(オイル代 600 円バスタオル持参)

講師の増田先生による
ベビーマッサージ講座
療育整体を取入れつつ、赤ちゃん
自身が動ける体になるように、緊張
している体の緩め方を教わりま
しょう

令和7年



長崎市土井首地区子育て支援センターみなみ

イベントカレンダー



日	月	火	水	木	金	土
				1 要予約 10組 何してあそぼ こどもの日	2	3 憲法記念日 休館
4 休館 午前 パパおいで	5 こどもの日 休館	6 振替休日 休館	7	8 身体測定 フリーデー 午前中	9	10 食育・ 育児相談会
11 休館 午前 パパおいで	12	13	14 要予約 10組 産後ヨガ	15	16	17
18 休館	19 要予約 10組 リンパ ドレナージュ エクササイズ	20	21	22 身体測定 フリーデー 助産師相談 午前中	23	24
25 休館	26	27 要予約 10組 ベビーマッサージ オイル代 600 円 バスタオル持参	28	29	30	31

イベントご予約は・・・

★毎月 25 日～定員数まで、お電話または直接来館 優先で受付します。電話：095-878-2788

LINE でも可能ですが、確認時間が10時頃、12時頃、16時頃となります ご了承ください

★毎週 LINE 公式アカウントにて空き状況をお知らせしています

★イベントのある日は予約された方のみのご利用です 午後はどなたでもご利用いただけます

おしらせ

第一、 第二日曜日

午前（10:00～11:30）に、
土井首地区青少年育成協議会
の子育てボランティアサークル

「赤ちゃんつれてママおい

で」が、

「赤ちゃんつれてパパおいで
～ママもね」の活動をみなみ
で行っています

詳しくは、Instagram

#赤ちゃんつれてママおいで

【予約なしOK】

10(土)食育・育児相談会

すこやかに育つとは？

10:30～

食育指導士の山下先生との座
談の中で、寝ない食べないな
ど相談してみてください
たくさんのヒントを受け取り
ましょう

8(木) 22(木)

身体測定フリーデー

助産師相談

10:00～12:00

身長・体重の測定を

ご希望の方は来館の際スタッ
フにお伝えください。

22(木)は、助産師の吉田カナ
ナ先生の相談も受けられます