

ピクニックカレンダー

R8・10・21発行

長崎市子育て支援センター　「ピクニック」　(TEL・FAX　095-843-3555)
〒852-8104　長崎市茂里町２番38号 1F　ブログ：http://picnic93.blog50.fc2.com

日	月	火	水	木	金	土
1 休館	2	3 休館 文化の日	4 栄養相談＆身体測定 10：00～ 栄養相談先着12名	5 0～2歳頃	6 予15名 リトミック 10:30～	7
8 休館	9 予7名 ベビーヨガ 10:30～	10	11 予6名 ママトレ 10:30～	12	13	14
15 休館	16 わらべうた 11：00～	17 予8名 ベビーマッサージ 10:30～	18	19 助産師さんと フリートーク 11：00～12：00	20	21
22 休館	23 休館 勤労感謝の日	24	25	26	27 保健師さんのミニ講話と育児相談会 10:30～	28
29 休館	30 わらべうた 11：00～					

１１日、１２日は活水中学校の生徒さんが職場体験に来られます。

★イベント予約の方で都合が悪くなられたら、キャンセルの連絡をお願いします。
当日のキャンセルは、９時半から受付けています。

★イベントの予約は１世帯につき１つです。１０月２２日（木）から来館での予約のみになります。
予約イベントの時間は、予約の方のみの利用になります。11時半から通常のご利用になります。

ひろばは感染状況や悪天候などで止む無く休館となる場合がございます。
休館のお知らせはラインやブログにてアップしています。お電話で確認されても大丈夫です。この機会にライン登録をされることをおすすめします。



☆ピクニックは、ﾜｰｶｰｽﾞｺｰﾌﾟ・ｾﾝﾀｰ事業団が長崎市の補助事業として運営しています☆

★栄養相談★

１１月４日（水）１０時～

ビーンスタークの栄養士さんによる個別相談です。

身体測定の後に相談をします。

※栄養相談を希望の方は、先着 12 名になります。

相談時間は 10 分です。

★わらべうた★

１１月１６日（月）１１時～

１１月３０日（月）１１時～

※予約なしで参加できます。

親子で楽しい時間を過ごしましょう。

遊びに来てくださいね。

★ベビーマッサージ★

１１月１７日（火）１０時半～

親子の絆を深めるベビーマッサージです。

生後２か月から、参加できます。

※予防接種後、72 時間内のご利用は、ご遠慮ください。

※バスタオル持参でお願いします。



★リトミック★

１１月６日（金）１０時半～

自分でお座りができるようになってから２才頃までのお子さんが対象です。

リズムにのって、親子で一緒に動きましょう！！

音楽を楽しみましょう♫



★ベビーヨガ★

１１月９日（月）１０時半～

首がすわってから、１才（よちよち歩き）までのお子さんが対象です。

動きやすい服装でご参加ください。

４０分行います。

※予防接種後、２４時間内のご利用はご遠慮ください。

※バスタオル持参でお願いします。

★ママトレ★

（ママのためのトレーニング）

１１月１１日（水）１０時半～

ママトレは出産や育児で疲れた体をケアするママのための講座です。

ストレッチや筋トレで体をケアしましょう！！

※お子様は、スタッフが見守ります。

★保健師さんのミニ講話と育児相談会★

１１月２７日（金）１０時半～

講話テーマ「イヤイヤ期への対応」

講話の後に育児相談会を行います。

育児相談を希望の方は、スタッフにお声かけください。通常の予約とは、別になります。

★お知らせ★

１１日、１２日は、活水中学校の生徒さんが職場体験に来られます。

一緒にお話したり、遊んだりして楽しく過ごしましょう。



※イベントは予約制にしています。受付開始は　１０月２２日（木）から、時間は１０～１６時でお願いします。

１世帯１つ。但し当日のキャンセルは９時半～受け付けます。予約は来館のみでの対応となります。