



Bringing up a child

子育て

子育て世代包括支援センターどれみ
(行方市保健センター内)

♪子育て相談ダイヤル♪

☎080-2211-4411

✉kosodate@city.namegata.lg.jp

子育て相談ができます!お気軽にご連絡ください。

◆子育て力アップ講座参加者募集◆

下記の日程で子育て力アップ講座の参加者を募集します。「子どもの食事」について、管理栄養士から学びましょう。

- 【日時】 1月10日(火) 10:00～11:30
- 【場所】 行方市保健センター
- 【対象】 0～3歳児の保護者等 ※保育あり
- 【定員】 15人
- 【講師】 管理栄養士 杉山美智子先生
- 【申込期間】 12月5日(月)～1月5日(木)
- 【申込先】 子育て世代包括支援センターどれみ

子育て広場カレンダー

【午前】 9:30～11:30
【午後】 13:00～15:00

12月	麻生(麻生公民館)		北浦(保健センター)		玉造(玉造公民館)	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後
1 木	◆				○	
2 金	○				★	
6 火	○				◆	
7 水	○		○			
8 木	○				○	
9 金			○			
12 月			▲			
14 水	○				○	
15 木	★				♪	
16 金	○				○	
18 日			♪			
20 火	▲♪				○	
21 水	○				○	
22 木			★		▲	
23 金	○		○			
26 月			◆			

▲幼稚園教諭による子育て相談 ◆保健師による子育て相談
★絵本の読み聞かせ(10:30～) ♪ミュージック・ケア(10:30～)

子育て広場は完全予約制です。
利用当日の8:40から9:15までにどれみまでご連絡ください。

◆リラックスヨガ講座を開催しました◆

11月8日(火)に「リラックスヨガ講座」を開催しました。体をゆっくりと動かして“呼吸と伸び”に集中しながらヨガを行い、心休まる穏やかな時間を過ごしていただきました。「自分を労りリラックスできた」「ガチガチになった体がほぐされ気持ちよかったです。家でもできるときにやりたい」などの感想をいただきました。ご参加いただきありがとうございます。



◆夫婦ヨガ参加者募集◆

夫婦の時間を作れていますか?ヨガを通して、思いやりや感謝の気持ちを伝えあいましょう!下記の日程で「夫婦ヨガ講座」の参加者を募集します。

- 【日時】 1月14日(土) 10:00～11:00
- 【場所】 行方市保健センター
- 【対象】 子育て中のパパとママ ※保育あり
- 【定員】 3組
- 【講師】 ヨガインストラクター 鈴木綾子先生
- 【申込期間】 12月12日(月)～1月6日(金)
- 【申込先】 子育て世代包括支援センターどれみ

※掲載事業は、新型コロナウイルス感染症などの影響により、中止となる場合があります。その場合は、市メールマガジンや子育て支援アプリどれみ(母子モ)にてお知らせしますので、ご確認ください。