

# 双子の 「ママのまかフェ」



双子ちゃんとはじめてのお出かけに♪  
双子ちゃんの育児どうしてる？  
双子ちゃんならではの悩みや情報をお話ししませんか？

## 開催日

令和8年6月4日(木)      令和8年9月3日(木)  
令和8年12月3日(木)      令和9年3月4日(木)

## 時間

午前10時30分～11時30分

## 会場

ながおか市民防災センター 2階 研修室1・2  
(長岡市千歳 1-3-85 子育ての駅ぐんぐんと同じ住所)



## 問い合わせ先

長岡市教育委員会 こども家庭センター  
電話 36-3790