



すこやかだより

令和8年3月1日 子育ての駅かわぐち「すこやか」

TEL:0258-89-3555

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
休			ままのまカフェ 親子ヨガ 10:15~11:15		アンパンマン教室 (親子教室) 10:15~11:15	
8	9	10	11	12	13	14
休					大きくなったね！ お祝い会 10:15~11:00	
15	16	17	18	19	20	21
休			鍛えよう！ 骨盤底筋 10:15~11:15		休 春分の日	
22	23	24	25	26	27	28
休	米百表号 11:10~11:40		お誕生会・発育測定 10:15~10:45			
29	30	31				
休						

今月のアンパンマン教室（親子教室）は…



3月6日（金）は、みんなでバルーンを楽しみたいと思います。今年度最後のアンパンマン教室です。ぜひ、ご参加ください！

～すこやかご利用の際のお願い～

- 子育ての駅「かわぐち」をご利用の際は、手洗いをお願いします。
- 使用済みのおもちゃ、舐めたおもちゃは、それぞれ専用のカゴに返却をお願いします。
- 床や遊具などによだれが付着した際は、ふき取りにご協力ください。
- 水分補給用の飲み物、ハンカチ、ティッシュを忘れずにご用意ください。
- 体調のすぐれない方、発熱、咳等の風邪症状がある方はご利用をご遠慮ください。

○●ままのまカフェ 親子ヨガ●○

3月4日(水) 10:15~11:15

セラピーインストラクター山口亜緒井先生による親子ヨガを行います。アロマの香りに癒されながら、子どもと一緒にヨガを楽しめませんか？初めて参加される方も大歓迎です！

※動きやすい服装でお越しください。汗拭きタオル、水分補給用の飲み物をお忘れなく！



大きくなったね！お祝い会

3月13日（金）10:15~11:00

一年間のご利用に感謝して開催します。お子さんの成長をみんなで喜び合い、思い出を振り返りながら、楽しいひと時を過ごしましょう。みなさんのお越しをお待ちしています！



ママの体を整える

◇◇鍛えよう！骨盤底筋◇◇

3月18日(水)10:15~11:15

トータルボディコーディネーター永井順子先生を講師にお迎えし、子育て中のママたちに知ってもらいたい『骨盤底筋』の大切さについて実践を交えながらお話しいただきます。ぜひ、ご参加ください。

◆◆◆お知らせ◆◆◆

4月から、子育ての駅かわぐち「すこやか」の開館時間および休館日が下記のとおり変更となります。

開館時間 午前9時30分から午後3時30分

休館日 毎週日曜日、火曜日、祝日および年末年始
(12/29~1/3)

※上記が変更箇所となります。

