

# かるがも親子の家 1月予定表

開催曜日・時間 月・木・金 10:00～15:00(祝日・年末年始休み)

お問い合わせ : 090-5777-0104(広場開催日・時間のみ)



あけましておめでとうございます。

今年もどうぞよろしくお願ひいたします。

本年開室は 1/5(木)となります。

今年もたくさんの笑顔に出会えますよう……

## 事前申込者 限定広場のご案内

下記 行事時間は事前申込者限定広場となります  
ホームページにて詳細をご確認の上お申し込みください  
行事時間以外は「自由遊び」となります。

1/19(木)

開室時間

9:30～15:30

11:00～12:00 <かるがも見守り隊>

「離乳食のおはなし」 & 個別相談

北保健相談所 管理栄養士さん

対象: 0～1歳児親子

定員: 10組

1/26(木)

開室時間

9:30～15:30

11:00～12:00 練馬助産師会 名嘉真先生

「生後1～4ヶ月赤ちゃんとママのプログラム」

対象: 1～4ヶ月児親子 + 5～7ヶ月児親子

定員: 7組

11:00～11:20 「スキンシップマッサージ」

(オンラインでもご参加いただけます)

対象 : 這い這い前の赤ちゃん

持ち物 : 〇バスタオル 〇使い慣れたベビーオイルまたは乳液

11:20～11:40 「産後ママのこころとからだ」

11:40～12:00 「個別相談」

0～3歳児親子対象。どなたでも受けられます。

ひろばの都合により、

行事を変更する場合があります、ご了承ください。

当日のホームページ等をご確認の上ご参加ください。