

のびすく仙台7月のイベント

★印は要予約 電話または受付でお申込み下さい。(TEL022-726-6181)

日	月	火	水	木	金	土
イベントの場所は、こどもひろばです。参加者以外の方は「こどもひろば」を使えない場合があります。 *お申込みの際の個人情報は、目的以外に利用することはありません。			1	2	3 ★託児付料理教室 9:50~12:00	4
5	6 休館日	7 ★産後ママのための骨盤ケア 10:00~11:00 女性相談 10:30~12:30	8 ★ベビータッピングタッチ 10:00~11:30 ★母乳なんでも相談 14:30~16:30	9 babu*スペース 9:30~11:00 ※0歳親子限定	10 やさしいフラ 10:30~11:30 講師:鈴木 美香さん	11
12 ★プレパパママ講座 10:00~11:30	13 休館日	14 お誕生会 10:30~11:00	15 ★ママヨガI 10:00~11:00	16 babu*スペース 9:30~11:00 ※0歳親子限定 おはなしタイム11:00~	17 ★グループ相談 10:00~11:30	18 フープオブハートのお話し会 14:00~
19 ★新米パパママ講座 10:00~11:30 おもちゃばこのお話し会 14:00~	20	21 休館日 障がい児ひろば 10:00~15:00	22	23 みんなであそぼう 10:30~10:50	24	25
26	27 休館日	28 女性相談 10:30~12:30	29	30	31	ソウさんマークは ふあふあWeek 大きなエア 遊具が登場!

★託児付料理教室「ママカフェランチ」
3(金) 9:50~12:00 申込 6/25~

【共催】仙台市ガス局

子どもと離れておいしいランチをつくりまします。(メニュー)
自分の時間を楽しみませんか?
クンペン、焼き豚、ショウロ
ポウ、さらさら巾着ゼリー

講師:多賀 周子さん(ガス局栄養士)
場所:1Fキッチンパレット
定員:10人※初めて参加の方のみ
参加費:1500円(託児1名の場合)
持ち物:エプロン、三角巾、ふきん

託児

場所:2Fコミュニティスクエア
対象:生後6カ月~未就学児
持ち物:おむつ、着替え、ビニール袋、水分

★産後ママのための骨盤ケア
7(火) 10:00~11:00 申込 6/26~

ママのからだは大切にしたいですね。産後気になる骨盤のケアのしかたを教えてください。

講師:佐藤 恵美さん(産師・トコちゃんベルトアドバイザー)
対象:生後6カ月までのお子さんをお持ちのママ
定員:12名(子どもと一緒に可)
持ち物:バスタオル1枚、薄手のタオルまたははめぐい2枚

★ベビータッピングタッチ
8(水) 10:00・10:30・11:00 申込 6/27~

ステキな音楽をBGMに、からだにやさしくトントンとタッチしていきます。

講師:花山 美佐代さん(インストラクター)
対象:0歳児と保護者
定員:各回5組(30分程度)

★プレパパママ講座
12(日) 10:00~11:30 申込 7/7~

プレパパの沐浴体験や妊婦体験、助産師さんのお話など。生まれる前のにびすく仙台に来てみませんか?

講師:小林 久美さん(助産師)
対象:初めてパパママになる方
定員:10組 ※隔月開催

★ママヨガストレッチ 申込 6/28~
7/15(水)・8/26(水)10:00~11:00

ストレッチでリフレッシュ!運動不足解消にお友だちづくりにどーぞ。(連続講座)

講師:石井 智美さん(インストラクター)
対象:H26.10.16~H27.4.15生まれのお子さんとママ
定員:10組※動きやすい服装でご参加下さい。

★グループ相談「おむつはずし」
17(木) 10:00~11:30 申込 7/8~

そろそろおむつはずしをしようかな〜、なにから始めようかしら〜...と思っている人たちと一緒に話をしませんか?

講師:今野 千恵さん
(支倉保育所地域子育て支援センター)
定員:15組(子どもと一緒に可)

★新米パパママ講座「子どもをかわいく撮ろう」
19(日) 10:00~11:30 申込 7/1~ 【協力】ニコンイメージングジャパン

ファミリーフォトをテーマに、子どもをかわいく撮るコツをプロの方に教えてください。
※カメラはこちらで準備します。(ニコン一眼レフ)

講師:政井 義和さん(ニコンカレッジ講師)
対象:0歳のお子さんとパパママ
定員:10組 持ち物:SDカード(2ギガ以上) データを持ち帰ります。



「女性相談」 申込不要
7(火)・28(火) 10:30~12:30
家庭、子ども、仕事、そして自分のこと、相談員に話してみませんか?
*予約は不要です。受付までお声掛けください。

★「母乳なんでも相談」受付中
8(水) 14:30~16:30
個別相談です。母乳に関することなら、どんな相談にも応じます。
相談員:助産師
(NPO法人みやぎ母乳育児をすすめる会)
定員:8人(1人15分程度)

「7月生まれのお誕生会」
当日申込
14(火) 10:30~11:00
楽しいお話しや手遊びなどをしてみんなでお祝いします。
記念撮影もあります。
対象:1,2,3歳の子と保護者

イベントに参加しない方もひろばの利用はできます。



■編集後記■

沖原県では梅雨明けしましたが、宮城県の梅雨入りは間もなくです。この時期は、お家にこもりがちなので晴れた日は、お外で思いっきり遊びたいものです。また、室内にいても熱中症には気を付けて、大人も子どもも水分補給を忘れずにしたいですね(〇〇) (の)

【企画・編集】

特定非営利活動法人 せんだいファミリーサポート・ネットワーク
〒980-0803 仙台市青葉区国分町 3-8-17 日東ハイツ 204