



子育て支援センターこあら



(こども広場あんり内)
〒436-0111 掛川市本郷623-1
TEL. 0537-26-0174 FAX 0537-26-9019

コスモス（秋桜）が見ごろを迎え、過ごしやすい季節となりました。
朝夕と日中との寒暖差で体調を崩さないように気をつけたいですね。
こあらでは、戸外遊びやお散歩をしたり、季節にあったイベントを行ったりしながら、秋を楽しみたいと思います。



毎週月～金曜日 9:30～11:30、13:30～15:00
開放しています。
(12:30～13:30はお昼寝タイム・育児相談の為午後の開放は13:30～)
※土曜日・日曜日・祝日はお休みです。

月	火	水	木	金
			1	2
5	6 親子リトミック 9/14(月)～予約開始	7 ママピラティス 9/14(月)～予約開始	8	9
12	13	14 園庭であそぼう♪	15 子育てサロン 「ママパパ座談会」 9/14(月)～予約開始	16 おでかけDAY! 「しばちゃん牧場へいこう」 9/14(月)～予約開始
19	20 園庭であそぼう♪	21 親子でヨガ教室 9/14(月)～予約開始	22	23 園行事のため こあらお休み
身体測定週間				
26 赤ちゃん集まれ! ベビーサークル	27 ハアトオグリさんによる 「食育講座」 ～おやつ作り～ 9/14(月)～予約開始	28	29 お散歩へいこう★	30 英語であそぼう 9/14(月)～予約開始

大事なお知らせ！！ 必ず読んでください

- ◎自由開放日は、予約なしですでお気軽にご利用下さい。
- ◎初めてご利用の方は登録をさせていただきますので、自由開放日にお越し下さい。
- ◎人数限定の行事は、電話での予約又は利用時に予約をお願いいたします。
- ◎感染症拡大防止対策の為、急遽お休みまたはイベントを中止させていただくことがあります。
(行事や講座等で予定が変更する場合は、電話連絡させていただきます。)
- ◎イベントの詳細につきましては、すべて裏面に記載しておりますのでご覧ください。
- ◎鼻水や咳、腹痛や熱などの症状がある場合は、利用を控えて下さい。



親子リトミック

10月6日(火) 10:15 開放 10:30 開始

☆ぴんく・きいろサークル対象 【限定15組】

歩行が確立しているお子さんからとなります

佐藤淳子先生、平尾彩実先生を講師にお招きして「親子リトミック」を行います。音楽が流れる空間で、親子で触れ合いながら楽しい時間を過ごしましょう。お母さんも動きやすい服装で来てね♪

※午後休み



ママピラティス

10月7日(水) 10:15 開放 10:30 開始

☆あお・みどりサークル対象 【限定8組】

皆川友紀子先生による、ママピラティスです。産後になかなか自分時間を取れないママ達、こあらで一緒にリフレッシュしましょう!(^^) 肩こり・腰痛、産後太りなどのお悩みはありませんか?

お子さんをそばにおきながらできますので安心してご参加下さい。

持ち物・飲み物、タオル

※午後休み

親子でヨガ教室

10月21日(水) 10:15 開放 10:30 開始

☆あお・みどりサークル対象 【限定10組】

「シレナクリニック」でヨガインストラクターとして働く、山本莉生奈さんが講師に来て下さり、ヨガ教室を行います。前半はお子さんに向けたベビーヨガ、後半は大人向けといった、親子でリフレッシュできる時間を設けたいと思います。※ストレッチのきく服装でお越しください。

持ち物・飲み物、汗拭きタオル

※午後休み

赤ちゃん集まれ! ベビーサークル

10月26日(月) ☆あお・みどりサークル対象

予約なしの自由参加です♪

1歳半ごろまでの赤ちゃん達が集まって自由に遊びを月齢の近いお母さん達とお話をしたりして過ごせる日です。

新しいお友だちもできるかも?♡

お気軽にご参加ください。

※午後休み



子育てサロン「ママパパ座談会」

10月15日(木) 9:45 開放 10:00 開始【限定15組】

妊婦の方も参加できますのでお友だちを誘って来て下さい!

産後に不安や悩みをかかえていますか? 家にいてばかりで誰かと話したい!と思う事ありませんか?

小規模保育事業所「彩羽」から、助産師と看護師の資格をお持ちの、根方友紀さまが講師として来てくださいます。

産後の心身ケアについてや、母乳育児についてなどのお話をして下さい、お悩み相談もできます。 ※午後休み

おでかけ DAY!「しばちゃん牧場へいこう」

10月16日(金) 10:00 現地集合~11:30 頃解散

☆みどり・ぴんく・きいろサークル対象【限定10組】

(歩けるお子さんが対象です) <住所> 掛川市大和田84 近くに川が流れるとてもものどかな場所にあり、ポニーや牛を見る事ができます。お店では、プリンやヨーグルトなどを買うこともできますよ。

持ち物・帽子、くつ、飲み物

※午後休み



ハートオグリさんによる「食育講座」 ~おやつ作り~

10月27日(火) 9:45 開放 10:00 開始【限定10組】
森町の電気屋「ハートオグリ」さんが、かぼちゃを使ったモンブランの作り方を教えて下さいます。土台が蒸しパンのため、小さなお子さんでも食べることができ、実際に作りながら学ぶ事ができます。

持ち物・エプロン(必要な方) ※午後休み



英語であそぼう

10月30日(金) 10:15 開放 10:30 開始

☆みどり・ぴんく・きいろサークル対象【限定15組】

「GLOBRIGHT」で講師のChie先生による英語であそぼうです。絵本や手遊びを通して一緒に英語を楽しみましょう♪

※午後休み



<乳児園庭で遊ぼう♪・おさんぽへ行こう♪について>

自由開放日の中で行います。10:40頃~始まります。

園庭では、遊具・車の玩具・砂遊び等で遊ぶことができます。おさんぽでは、天竜浜名湖鉄道の通るのを見ながら、桜並木や遊歩道を歩きましょう。赤ちゃんも大歓迎♪ベビーカーでの参加も大丈夫です!!

★持ち物・帽子、くつ、飲み物、手拭きタオル (必要な方は、抱っこ紐、着替え等)