



鹿浜いきいき館

子育てサロン

足立区 鹿浜 2-24-2
 電話番号 3853-5071
 F A X 3853-5078

《利用時間》

火～金曜日：午前10：00～午後6：00

土 曜 日：午前 9：00～午後6：00

※利用時間が異なります。ご注意ください

※休館日：日・月・祝日・24日(木)

《ランチタイム》

正午～午後1：00

※ご利用の際は職員に声をおかけください。

※ランチタイム以外は水分補給のみのご利用になります。

ママのための心身を整えるピラティス



日 時：25日(金)10:30～12:00

申込制

(午前10:00～10:15の間にお越しください)

講 師：一般社団法人 HARAPPA 代表理事

ピラティスインストラクター 田中 恵美 氏

対 象：保護者と乳幼児(定員：8組)

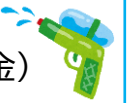
持ち物：ヨガマット(お持ちの方)・飲み物



身体の仕組みや動かし方を学びながら、心身のリフレッシュを図り、効果的に運動を生活に取り入れてみませんか！



水遊びをしよう！



日 時：2日(水)・3日(木)・4日(金)

午前10:30～11:30

対 象：乳幼児と保護者

持ち物：バスタオル・着替え

水着(プール用オムツ)

日除け帽子・飲み物



館庭に沐浴用のタライを用意します。
 水遊びデビュー也大歓迎です！



※天気や気温によって中止になることがあります。

日	月	火	水	木	金	土
		1	2 水遊びをしよう！ 午前 10:30～11:30	3 	4 	5 乳幼児（歩き始めから） と保護者が対象です
6 お休み	7 お休み	8	9	10 おはなし会 午前 10:30～11:30	11 運動あそび （岩永 祐子氏） 午前 10:30～11:30	12
13 お休み	14 お休み	15 赤ちゃん体操 （遠藤 滋子氏） 午前 10:30～11:30 持ち物：バスタオル	16 0歳から 1歳 3 か月までの 乳幼児と保護 者が対象です	17 鹿浜図書館の方が、おすすめ絵本 や紙芝居を読み語りしてくれます	18	19 
20 お休み	21 敬老の日 お休み 	22 国民の休日 お休み	23 秋分の日 お休み	24 お休み 	25 ママのための心身を 整えるピラティス （田中 恵美氏） 午前 10:30～12:00 すくすくウィーク	26
27 お休み	28 お休み	29 誕生会 （利用時間内） 	30	にこにこタイム 毎週(火)～(金) 午前 11：40～11：50		
すくすくウィーク(身長・体重測定をします)				 足立区  知る・学ぶ・つなぐ する・変わる。 SOGA MODEL ARABCHI		