



マタニティロゼット を作しましょう 16(土)11:00~12:00

お好きなリボンを選んで、マタニティマークのついたオリジナルのロゼットバッジを作ります。



定員：8組
申込：11/2(土)~
※本人が電話か受付で申込んでください。
※当日は11:15までにお越しください。

のび~のひろば 1(金)10:30~11:15

地域の子育て情報をお伝えしています。
色々な年代のお子さんのパパママとお話したり
ホッとできる時間です。

対象：妊娠中の方とそのパートナー
乳幼児親子
共催：あそび~の下井草
協力：民生児童委員

赤ちゃん絵本の選び方 10(日)12:00~12:15

図書館の職員が赤ちゃん向けの絵本の選び方と楽しみ方をお話してくれます。

対象：妊娠中の方とそのパートナー
0歳児親子
協力：図書館職員

予告

産前産後ヨガ

12/7(土)11:00~11:45

ヨガで身体を整えて心地よい時間を過ごしましょう♪

対象：安定期に入り医師に運動制限されていない妊婦の方とそのパートナー
産後3か月以降のママとそのパートナー
(お子様と参加できます)

定員：プレママ・プレパパ 8組
産後ママ・パパ 8組

講師：ヨガインストラクター 田中道子さん
申込：11/10(日)~

※本人が電話か受付で申込んでください。

持ち物：ヨガマットまたはバスタオル

産前も産後もプラザをご利用いただけます。
産後に安心して子育てができるよう、
お子さんが生まれる前に見学に行っちゃいませんか？
地域の子育て情報もご覧いただけます。

毎週木曜日には、0歳児のついで
「ねんねはいはいタイム」を行っています。
ふれあい遊びをしたり、おしゃべりをしたり
ゆったりとした雰囲気です。
先輩ママと産前の準備や産後の生活などお話できますよ。
予約不要です。ぜひ遊びに来てください。

★いつでもプラザをご利用ください★



【お問い合わせ】

☎03(3396)8888
平日 9:00~18:00
土日 9:00~17:00
(休業日 第1日曜・祝日・年末年始)



【交通アクセス】

◎西武線「下井草駅」下車 徒歩 8分
◎関東バス(荻窪駅・下井草駅間 荻10系統)
「下井草2丁目」下車 徒歩 3分
「日向橋」下車 徒歩 4分
◎関東バス
(阿佐ヶ谷駅・下井草駅間 阿50・51系統)
「下井草2丁目」下車 徒歩 3分

