



子ども・子育てプラザ和泉 フレママ・フレパパの イベント情報 6月号



子ども・子育てプラザ和泉は、乳幼児を連れていつでも気軽に遊べる施設です。出産後に安心して楽しく子育てができるよう、お子さんが生まれる前に、見学にいらっしやいませんか？ 出産前に参加できるプログラムもあります。来所した時には受付でお声かけいただければ職員が館内をご案内いたします♪

☆今月のイベント☆

産前産後ボール&フィットネス

6月22日(月)10:30~11:45

バランスボールエクササイズと、脳を活性化するワークで、心も体もスッキリしませんか？



- 対象 ■ ※父親・兄弟児の同伴はできません。
- ①妊娠 20 週以降～臨月の運動制限されていない妊婦さん
- ②R7.12 月～R8.4 月生まれの赤ちゃんとお母さん
- 定員 ■ ①の対象者 5名、②の対象者 5組
- 申込み ■ 6月1日(月)～ 窓口・電話受付
- ★お電話での申し込みは 10:00 からです
- ★14 日(日)までに①又は②が定員に達しなかった場合は、①又は②のキャンセル待ちの方が入れます
- 講師 ■ 産前産後ケアインストラクター 白石 あすかさん

つーちゃんのわらべうた 6月11日(木)11:10~11:30

わらべうたは“言葉の離乳食”と言われています。心地よい言葉のリズムを、お腹にいる赤ちゃんと一緒に楽しみましょう！

- 対象 ■ プレママ・プレパパ
おおよそ0～1歳児親子
- 申込み ■ 不要
- 講師 ■ 塚原 道子さん



赤ちゃんが生まれたら…

いちごタイム

対象:0～7ヵ月の乳幼児親子
3日、10日、17日、24日(水)
11:10～11:40



詳しくは
プラザニュースを
ご覧ください。

◆施設のご紹介◆

入り口には
ベビーカー置き場があります

身長計と体重計を
いつでもお使いいただけます

ベビールームには
調乳器や授乳室があります

ホールには
いろいろな遊具があります



◇お問い合わせ◇
杉並区立子ども・子育てプラザ和泉
〒168-0063
杉並区和泉 2-36-14
TEL: 03-3328-6550
【開所時間】
《月～金》9:00～18:00
《土・日》9:00～17:00
【休業日】
毎月第1日曜日・祝日・年末年始
※6月の休業日 7日(日)



★相談予約ができます★

子育ての悩みなど身近に相談できます。(相談室もあります)ご家庭のニーズに応じて「どのようなサービスがあるか」「どう利用すればよいか」等、区や地域の子育て支援サービスの利用相談と情報提供を行います。



ご予約は
こちら→



<https://logoform.jp/form/Y4gR/1380372>

こちらからプラザニュースが
ご覧いただけます。



井の頭線「永福町駅」「明大前駅」徒歩 15 分
東京メトロ丸の内線「方南町駅」徒歩 20 分