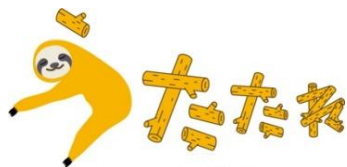


# 関目つどいの広場 うたたね



利用時間 火～土 10:00-12:00 / 13:00-15:00

Instagramでひろばの様子や空き状況などを配信しています

Instagram→



大阪市城東区関目5-19-30

06-6210-7252



通常のひろば利用は予約不要です。定員7組。5組以上の混雑時は1時間程度で入れ替わりのご協力をお願いします  
妊婦さんの見学会は随時開催しています。

| 火                    | 水                     | 木                     | 金                      | 土                      |
|----------------------|-----------------------|-----------------------|------------------------|------------------------|
| 1                    | 2                     | 3                     | 4                      | 5                      |
| AM/PM<br>助産師相談       | 10:30-11:00<br>歌おう遊ぼう | おやすみ                  |                        | AM/PM<br>産前産後ケア        |
| 8                    | 9                     | 10                    | 11                     | 12                     |
| 10:30-11:30<br>離乳食講座 |                       |                       | 10:30-11:30<br>絵本で遊ぼう  |                        |
| 15                   | 16                    | 17                    | 18                     | 19                     |
| AM/PM<br>助産師相談       |                       | PM<br>ぐるくるマーケット       |                        | 13:30-14:00<br>ブックスタート |
| 22                   | 23                    | 24                    | 25                     | 26                     |
| AM/PM<br>助産師相談       | おやすみ                  | 10:30-11:00<br>スッキリヨガ | 10:00-12:00<br>わくわくアート | AM/PM<br>助産師相談         |
| 29                   | 30                    |                       |                        |                        |
|                      | PM<br>発達相談/家族相談       |                       |                        |                        |

※ 以下の3つの講座は事前予約不要です。



助産師相談

体重測定や発育相談など。

※体重は助産師不在の日でも測れます。



わくわくアート(材料費100円)

作る・楽しむ時間(午前のみ、先着10組)

ひろばで遊びながら順番に製作します。



ぐるくるマーケット

譲りあいから生まれた

服やおもちゃのマーケット

## 利用される方へのお願い

- ・発熱、咳、鼻水等の症状がある方は、ご利用を控えてください。
- ・ご家族や周りで感染症の疑いがある場合は、ご利用を控えてください。
- ・入室時の消毒、検温、マスク着用にご協力をお願いします。
- ・水分補給以外の飲食はご遠慮ください
- ・おむつなどのゴミのお持ち帰りにご協力ください



以下の講座は要予約。講座により定員は異なります。

※なるべくたくさんの方に楽しんでいただきたいので、2つ目以降はキャンセル待ち受付とさせていただきます、25日以降電話にて連絡します。

ブックスタートと発達/家族相談は予約数に関係なくご参加いただけます。



歌おう遊ぼう (定員6組)

Chamiさんのギターに合わせて季節の歌や楽器演奏。

みんなで歌ったり手遊びふれあい遊びなどを楽しみます



産前産後ケア (定員 8名)ひろばは通常通り利用できます

ボディケアと骨盤矯正。産前産後の体を癒し整える時間

(参加費500円)1人20分間。担当\*まこと整体



はじめての離乳食講座(これから始める～初期 /定員6組)

城東区役所管理栄養士によるはじめてママのための離乳食講座



絵本で遊ぼう(城東区絵本読み聞かせ月間イベント/ 定員6組)

読み聞かせや絵本から広がる遊びを通して絵本に親しむ



ブックスタート(毎月第3土曜日開催 / 定員5組)

絵本との出逢いや親と子が絵本を通して触れ合うきっかけに。

対象:大阪市ブックスタート引換券をお持ちの方



産後のスッキリヨガ (定員6組)

ヨガや呼吸法&瞑想で家事や育児の疲れをリフレッシュ



発達相談/家族相談各1組)30日の13:00～/14:00～

子どもの発達に関する相談や、家族についての相談事など

スタッフや代表の池田がお話を伺い必要な支援へとつなぎます

※ イベントや講座のご予約は来館時、またはお電話で受付します  
詳細はうたたね Instagramでご確認下さい。