

みどりのもりこども園 子育て支援センターだより

第194号 令和8年10月号

山形市緑町3-7-7
Tel 023-623-7800

午前 8:30~11:30
午後 1:30~4:30

10月の予定

イベント	休み	通常開所
------	----	------

月	火	水	木	金	土	日
28	29	30	1	2	3	4
					休み	
5	6	7	8	9	10	11
	園行事のため お休み			園行事のため お休み	休み	
12	13	14	15	16	17	18
スポーツの日		園行事のため午前休み			休み	
19	20	21	22	23	24	25
		リセット ストレッチ			休み	
26	27	28	29	30	31	
	アルバム カフェ	mama交流会			休み	

園の感染症状況など玄関のボードや電話でご確認ください。また、急な予定変更などは山形市子育て情報サイト「元気すくすくネット」でご確認ください

第8地区子育ておしゃべりサロン 出前保育のお知らせ

日時：11月4日(水) 10時
場所：東部公民館

みんなで
ミニうどん作りをしよう！

いつでもできます！
お気軽にどうぞ！
(イベント時は除く)

身体測定
手形足形
バースデーカード

= ママのためのリセットストレッチ =

【日時】10月21日(水) 10:00~
【講師】安喰 綾さん(ストレッチトレーナー)
【定員】8組(先着順)
【持ち物】飲料水・バスタオル
※動きやすい格好でいらしてください

予約受付
10月14日(水)
午後13:30
電話・来所
どちらも可

今回は、産後ママのための特別企画！ 出産・育児で頑張っているカラダを、ストレッチでゆっくりリセット♪
ママが笑顔になると、家族がもっと笑顔に。

- 産後の体型維持
- 体力アップ
- 姿勢改善
- 肩・腰まわりのケア
- リフレッシュ&自分時間

抱っこや授乳、毎日の育児で凝り固まったカラダをほぐして
「ママになってもかっこいい私」を目指しましょう♡

= アルバムカフェ =

【日時】10月27日(火) 10:00~
【講師】yopiさん
【定員】10組(先着順)

予約受付
10月19日(月)
午前10:00
電話・来所
どちらも可

季節を綴るアルバム作り♡
四季を感じながら、思い出を重ねていく…
彩り秋、実りの秋 思い出の1ページを増やしましょう♡
初めての方は一緒にスタートです！
前回ご参加の方はアルバムをご持参ください。
初めての方は110円でアルバム付きます。
材料は使い放題！
チェキ1枚も付いてきます♪

= mama交流会 =

【日時】10月28日(水) 10:30~

予約不要です

初めて子育て中ママの会です
お子さんの年齢は何歳でもOK♡たくさんおしゃべりしましょう！