

## ★ひかりのひろば通信★

暑さも日々増していき、本格的な夏もすぐそこまで来ているようです。皆様、いかがお過ごしですか？梅雨明けと共に気温の変化により、体調を崩しやすい時期ですが、子育てひろばに参加して、心も体もリフレッシュしましょう。お待ちしております。

### <7月の予定>

#### ♪ひかりのひろば♪

日時：7月13日(水) 10:00~11:00

場所：1階 遊戯室

内容：「リトミック」

対象：1歳3か月~就学前 定員：8組

#### ♪ベビーひろば♪

日時：7月20日(水) 10:00~11:00

場所：1階 遊戯室

内容：「ママフィット&ヨガ」インストラクターによる、運動と育児相談

対象：7か月~1歳2か月 定員：8組

服装：運動しやすい洋服(ズボンやTシャツ等)

#### ♪ベビーマッサージ♪

日時：7月27日(水) 10:00~11:00

場所：1階 遊戯室

内容：「マッサージ&育児相談」助産師・保健師の指導による、マッサージと育児相談

対象：2か月~6か月 定員：8組

用意する物：バスタオル

~~~~~★~おねがい~★~~~~~

- 全ての予約は、**令和3年7月1日(金)**、10時からとなります。  
(予約電話番号)042(330)2005 いずれも、府中市在住の方のみ参加可能です。
- キャンセルされる場合は、必ずご連絡をください。

