

参加希望の方は、必ずお申込み下さい！

県地区にお住まいの令和8年4月2日～7月31日に生まれたお子さんと保護者の方へ
飯田市健康づくり推進室・県公民館

さくらんぼ学級 A (0歳児) のお知らせ

子育ての楽しい・うれしい・心配などを、保護者同士で情報交換する時間もあります。ひとりで悩まずに参加者のみなさんやスタッフに気軽に相談してくださいね。

月	日	曜日	内 容	持ち物
9	14	月	はじめまして ～自己紹介とふれあい遊び～	
10	9	金	お友達になろう！	子育てナビ
11	16	月	骨盤ケアでからだを整える 講師：助産師	運動のできる支度
12	9	水	みんなでおしゃべりタイム☆	
1	18	月	離乳食について考えよう 講師：栄養士	
2	15	月	抱っこひもの使い方 講師：京美堂さん	抱っこひも（ある人）
3	11	木	成長の記録を残そう ～足形を取ろう～	おしりふき、はさみ、のり、マジック、写真など

時 間 10:00～11:00（受付9:40～）

＊体重測定希望の方は、学級開始までに測れるよう早めにお出かけください。

会 場 県公民館 4 階大会議室 （県中平 1339-5）

持 ち 物 バスタオル、母子手帳、お出かけグッズなど

スタッフ 保育士、保健師 など

- ＊ お休みする時は、電話をしていただき、次回の確認をしてください。
 - ＊ 感染症流行の状況により変更や中止にする場合もありますのでご了承ください。
- <申込み・問い合わせ先> 途中からでも大歓迎！参加希望の方はお申込みください。

飯田市役所県自治振興センター（☎22-7100）保健師まで

