

# のびすく仙台1月のイベント

★印は要予約 電話または受付でお申込み下さい。( 022-726-6181 )

日	月	火	水	木	金	土
イベントの場所は、 <b>こどもひろば</b> です。参加者以外の方は「こどもひろば」を使えない場合があります。 *お申込みの際の個人情報は、目的以外に利用することはありません。					1 休館日	2 休館日
3 休館日	4 休館日	5 女性相談 10:30~12:30	6	7	8 やさしいフラ 10:30~11:30	9
10	11 臨時休館日	12 休館日	13 ★ハッピータッチ 10:00~11:30 ★母乳なんでも相談 14:30~16:30	14 音楽あそび 10:30~11:10 出演:おんぷっパ♪	15 ★ママヨガI 10:00~11:00	16 フープオブハートのお話し会 14:00~
17 ありがとう祭 10:30~15:00	18 休館日 障がい児ひろば 10:00~15:00	19 みんなであそぼう 11:00~11:20 女性相談 10:30~12:30	20 babu*スペース 9:30~11:00 ※0歳親子限定 おはなしタイム11:00~	21 ★グループ相談 10:00~11:30	22 お誕生会 10:30~11:00	23
24 ★アロマママ 10:00~11:30	25 休館日	26	27	28	29 ★アロマセラピー 10:00~10:30	30



ソウさんマークは  
ふあふあWeek  
大きなエア遊具が登場!

## やさしいフラ

8(金) 10:30~11:30

申込不要

ステキな音楽に合わせてフラに挑戦!  
初めての方でも大丈夫です。  
1時間踊るとからだはスッキリ、気分はフラガール♪お子さんもどーぞ。

講師:鈴木 美香さん

※月1回開催

## ベビータッピングタッチ

13(水) 10:00・10:30・11:00

申込 12/23~

ステキな音楽をBGMに、からだにやさしくトントンとタッチしていきます。

講師:花山 美佐代さん(インストラクター)

対象:0歳児と保護者

定員:各回5組(30分程度)

## ママとキッズの音楽あそび

14(木) 10:30~11:10

申込不要

楽しい音楽に合わせてわらべうたやリズム遊びをします。親子一緒にどーぞ

講師:おんぷっパ♪

※時間内自由参加です。



## ママヨガストレッチ

1/15(金)・2/18(木)10:00~11:00

申込 12/26~

ストレッチでリフレッシュ!運動不足解消にお友だちづくりにもどーぞ。(連続講座)

講師:石井 智美さん(インストラクター)

対象:H27.4.16~H27.10.15生まれのお子さんとママ

定員:10組

※動きやすい服装でご参加下さい。

## のびすく仙台「ありがとう祭」

17(日) 10:30~15:00

申込不要

1/15、のびすく仙台は開館12周年になります。日頃の感謝の気持ちを込めてお誕生会を開催します。親子一緒に遊びに来ませんか?

10:30~14:00

〇コーナー遊び、スタンプラリー

楽しい遊びがいっぱい!

14:15~15:00

〇やらとぶクレヨンコンサート

歌って踊って笑って楽しいコンサートです。



## グループ相談

「乳幼児の病気とけが」

21(木) 10:00~11:30

申込 1/7~

乳幼児に多い病気やけがについて気になることやその対処法を専門家に聞いてみませんか?

講師:村田 祐二さん(小児科医)

定員:15組(子どもと一緒に)

## プレパママ講座

24(日) 10:00~11:30

申込 1/9~

プレパパの沐浴体験や妊婦体験、助産師さんのお話などがあります。生まれる前にのびすく仙台に、来てみませんか?

講師:菊地 明子さん

(山台青葉学院・研明大学看護学科保健科)

対象:初めてパパママになる方

定員:10組

※隔月開催

## 楽しいアロマセラピー

「アロマスプレー」

29(金) 10:00~10:30

申込 1/14~

抗菌、抗ウイルス作用のある精油を使って、簡単風邪予防スプレーをつくってみませんか?

講師:照沼 絵美さん

(AEAJアロマセラピーインストラクター)

定員:4名 材料費:500円

場所:情報コーナー

## 「女性相談」

申込不要

5(火)・19(火) 10:30~12:30  
家庭、子ども、仕事、そして自分のこと、相談員に話してみませんか?

\*予約は不要です。受付までお声掛けください。

## 「母乳なんでも相談」受付中

13(水) 14:30~16:30

個別相談です。母乳に関することなら、どんな相談にも応じます。

相談員:助産師

(NPO法人みやぎ母乳育児をすすめる会)

定員:8人(1人15分程度)

## 「障がい児ひろば」

申込不要

18(月) 10:00~15:00

発達障がいのある子どもと親の遊びのひろばです。

\*一時預かりはお休みです。

\*休館日のため2Fから階段になります。ベビーカーの上げ下ろしなどは、スタッフにお声掛けください。

## 「1月生まれのお誕生会」

当日申込

22(金) 10:30~11:00

楽しいお話しや手遊びなどをしてみんなでお祝いします。

記念撮影もあります。

対象:1,2,3歳の子と保護者

## ■編集後記■

平成27年も、たくさんのお友達にのびすく仙台をご利用いただきました(^o^)  
ありがとうございました☆ 12/28~1/4までお休みになります。  
平成28年も元気に遊んだり、のんびり過ごしたり、イベントに参加したり...  
お待ちしております。( )

## 〔企画・編集〕

特定非営利活動法人 せんだいファミリーサポート・ネットワーク  
〒980-0803 仙台市青葉区国分町3-8-17 日東ハイツ204