

ママの学び
ママをナビゲートする

産後テイケアる〜む
ままナビ



7月

令和5年6月19日(月) ままナビ担当 武田

暑い日が多くなってきましたね。ままナビ前の金峯神社にはたくさんの風鈴が飾られました。木陰から風が吹くと、心地よい音が気持ち癒してくれています。今月も楽しい制作や講座をご用意しています。ご予約お待ちしております。

7月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4★講座 赤ちゃんとの夏の過ごし方	5 ◎多胎児さん	6	7	8
9	10 ■デビュー	11	12	13	14	15
16	17	18	19★講座 産後クライシス	20 ■デビュー	21	22
23	24	25	26★講座 赤ちゃんと一緒に体操	27	28 ■デビュー	29
30	31					

《カレンダーの見方》

月…妊婦の方、フリー/火…ねんねの子/水・木…フリー/金…はいはいの子

★講座の日

◎多胎児さんの日/12ヶ月くらいまでの双子ちゃん、三つ子ちゃんとママの日

■ままナビデビューの日/初めてままナビをご利用する方優先の日です。

*人数に余裕のある場合はこの限りではありません。



《7月講座のご案内》

★7月4日(火) 10:00~11:00

「赤ちゃんとの夏の過ごし方」

長岡市子ども・子育て課 丸田・森 保健師

★7月19日(水) 10:00~11:00

「産後ママのメンタル(産後クライシス)」

助産師 増田くみ先生

★7月26日(水) 10:00~11:00

「赤ちゃんと一緒に体操」

蔵王のもりこども園園長 佐竹直子

*定員 各講座 親子5組

*講座の日は給食がありません。講座後はお帰りとなります。

《利用方法》

*開園日…月~金曜日(年6回土曜開放…時間 9:45~11:00)

*時間・場所…9:30~15:00 蔵王のもりこども園隣 別棟 1F

*完全予約制 1日4組(講座の日は5組)

蔵王のもりこども園ホームページよりネット予約でお申し込みください。

※利用希望日の前日、前々日のご予約やキャンセルはお気軽にお電話でお問い合わせください。(ままナビ直通電話 090-5821-7115)

*ままナビでは給食・離乳食(中期食より)の試食ができます。

・親子で¥500(大人の給食のみでも同額)です。

・給食、離乳食をご希望される方は予約の際にお知らせください。

完了食を希望の方は、備考欄に「完了食希望」と入力をお願いします。

*暑く気温が上がる日も予想されます。また天気の良い日には散歩にでかけます。水分補給用の飲み物や帽子をお持ちください。

帽子等日よけになるものをお持ちください。

*園内見学を再開しました。

*妊婦さんもお利用いただけます。ご予約お待ちしております。

