

ママの学び
ママをナビゲートする

産後デイケア～む

ママナビ



2月

令和6年1月18日(木) ままナビ担当 武田

寒さが続くと、家にこもりがちになりますが、ママナビでママ同士おしゃべりをしたり制作をしたりしながら過ごしませんか？予約お待ちしております。



2月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7★講座 「ゆるっとママタイム」	8	9	10	11 建国記念日
12 振替休日	13	14	15★講座 「生活リズムについて」	16	17	18
19	20	21	22	23 天皇誕生日	24	25
26	27	28				

《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（給食はありません。講座後お帰りとなります。）

◎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

■ママナビデビューの日/初めてママナビをご利用する方優先の日です。

*多胎児さん、デビューの日は、人数に余裕のある場合はこの限りではありません。



《2月講座のご案内》

★2月7日(水) 10:00~11:00

「ゆるっとママタイム」

講師：整体師 佐藤あすさ先生

※バスタオル、フェイスタオルを1枚ずつお持ちください

★2月15日(木) 10:00~11:00

「生活リズムについて」

講師：長岡市子ども・子育て課 保健師

*定員 各講座 親子5組

*講座の日は給食がありません。講座後お帰りとなります

ママナビではかかりつけ子育て相談の機能もあります

ママナビは在宅保育のママと妊婦さんが保育園見学や育児体験、保育士への育児相談を通じて、育児の不安や悩みを解消できるようにサポートします！

個別のカルテを作り色々な相談等を一緒に解決していく、かかりつけ医のような場所です。

《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。（ママナビ直通電話 090-5821-7115）

*ママナビでは給食・離乳食(中期食～完了食)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。

・完了食希望の方は、予約フォーム備考欄に「完了食希望」と入力ください。

・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。

*水分補給用の飲み物をお持ちください。

*感染症対応等ご利用が心配な方はいつでも専用電話にてお問合せください。

*園内見学を再開しました。

(園内で感染症等が流行している時はお休みとなります。ご了承ください。)