



# 三里塚なかよしひろばだより

TEL 0476-37-3922

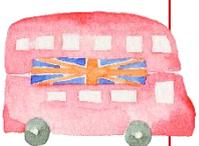
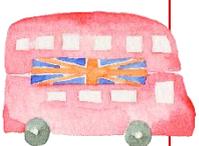
令和6年11月

HP <https://www.narita-sanridukanakayoshi.com>



★コミセン祭りの製作

## 今月の予定

月Mom.	火Tus.	水Wed.	木Thu.	金Fri.	土Sat.	日Sun.
	<div style="border: 1px solid green; padding: 5px;">                     イベントのご予約は、お電話(0476-37-3922)、またはひろばで直接お願い致します。(お名前と登録番号をお知らせください。)                 </div>					文化の日 開所しています
4 コミセン祭り ※詳しくは裏面へ  いつものひろばは お休みです	5 お休み	6 	7 	8 赤ちゃんタイム① 13:30~14:50 6か月位までの 赤ちゃん (当日予約)  助産師がいます	9	10 
11 お休み	12 赤ちゃんタイム② 13:30~14:50 7か月位~11か月位 までの赤ちゃん (当日予約)	13	14 1歳タイム 10:45~12:00 1歳児 (当日予約)	15 会議の為 12:00 閉所	16	17 
18 お休み	19 大人対象の 筋膜リリース体験 ①10:30~11:30 1歳から3歳の保護者 ②13:30~14:30 0歳から1歳の保護者	20 キッズタイム 10:45~12:00 1歳半以上 (当日予約)	21 親子でリズム遊び 10:30~11:30 1歳半以上 (事前予約)	22 赤ちゃん親子ヨガ 13:30~14:50 3か月位~11か月位 までの赤ちゃん (事前予約)	23 勤労感謝の日 開所しています	24 
25 お休み	26 公園で遊ぼう! 10:00~11:00 (予約不要)	27 ベビーマッサージ ①13:30~14:00 2か月~5か月位 ②14:15~14:45 6か月~10か月位 (事前予約)	28 親子リトミック 10:30~11:10 1歳半位から (事前予約)  助産師がいます	29 会議の為 12時閉所 ※今月は、2回あります	30 	

ピンクの四角で囲った時間帯のひろばのご利用は、イベントの予約をされた方以外は、ご遠慮ください。ご不便をおかけいたしますが、ご協力の程よろしくお願ひいたします。

### 1歳タイム (予約受付 当日 9:00~)

#### ☆パラバルーン遊び

定員 13組(先着順)

\* 兄弟姉妹をお連れでのご参加はご遠慮ください。



### 赤ちゃんタイム①② (予約受付 当日 9:00~)

#### ★足形取り(秋バージョン)

定員 各回13組(先着順)

\* 兄弟姉妹をお連れでのご参加はご遠慮ください。



### キッズタイム (予約受付 当日 9:00~)

#### 🎄 クリスマス製作

定員 13組(先着順)

\* 兄弟、姉妹をお連れでのご参加も OK です。



### 赤ちゃん親子ヨガ(事前予約受付 11/9(土)9:00~)

#### ☆赤ちゃんと一緒にヨガを楽しみましょう!

講師 鶴沢友香さん 定員 13組(先着順)

持ち物 バスタオル・飲み物



### 親子でリズム遊び (事前予約受付 11/7(木)9:00~) ☆皆で一緒に音楽に合わせて楽しく体を動かしましょう! 講師 藤田しのぶさん ・定員 15組(先着順) ・場所 コミセン2階ホール ・持ち物 飲み物 汗拭きタオル

助産師 DAY 8日(金) 28日(木)  
午前9時30分から12時 午後1時30分から4時  
ひろばに川島助産師がいます

ご自身の身体の調子、お子様の発育や発達、  
子育てや授乳等について確認したいこと、  
気になることがありましたら、お気軽にご相談ください。



ベビーマッサージ(事前予約受付 11/13(水)9:00~)

☆ママさん講師がボランティアでベビーマッサージを  
教えてくださいます。服の上から行います。

講師 高野 麻由さん  
定員 各回5組(先着順) 場所 コミセン2階和室  
持ち物 飲み物・バスタオル・動きやすい服装  
\* 兄弟姉妹をお連れでのご参加はご遠慮ください。



親子リトミック(事前予約受付 11/15(金)9:00~)

☆ママさん講師がボランティアで親子リトミックを  
教えてくださいます。

講師 岐土 樹里さん  
定員 親子10組(先着順) 場所 コミセン2階ホール  
持ち物 飲み物・動きやすい服装  
\* 兄弟姉妹をお連れでのご参加もOKです。



大人の為の筋膜リリース(事前予約受付 11/6(水)9:00~)

☆ママさん講師がパパ・ママの為にボランティアで筋膜リ  
リースを教えてくださいます。誰でもすぐでき回復力 up!

講師 諸岡 奈津子さん  
定員 各回6人(先着順) 場所 コミセン2階和室  
持ち物 飲み物・ヨガマット(お持ちの方)・動きやすい服装  
\* お子さんは、保護者の方の近くで一緒に過ごしてくだ  
さい。兄弟姉妹をお連れでのご参加はご遠慮ください。



公園で遊ぼう!(予約不要・現地集合現地解散)

公園で元気に遊ぼう! 場所: 長原第一児童公園  
\* 飛行機の遊具が目印の公園。駐車場も隣接。公園近く  
の十字路は一時停止です。十分お気を付けてください。  
\* 雨天の場合は中止。判断に迷うような場合は当日の朝、  
インスタグラム、ホームページ等でご確認ください。



なかよしタイム 10:30~11:45~

わらべ歌や紙芝居、パネルシアターなどがあります。

♪ 今月のわらべうた 「てっぺのねずみ」



## 11月4日(月)は、コミセンまつり



ひろば内で、子ども服や育児グッズのお譲り会、クリスマス飾りのワークショップを予定しています。

○子ども服や育児グッズのお譲り会 10:00~ ひろばの入り口付近 無料 ※持ち帰りの袋をご用意ください。

○クリスマス飾りのワークショップ 10:30~ なかよしひろば 1回30円 ※小学生も参加できます。

\* 駐車場は混み合うことが予想されます。ご了承ください。また当日コミセン階段下のベビーカー置き場は使用できません。(館内はベビーカーでの移動が可能となっていますが、ベビーカーを預けたいという方は、ひろばの入り口でスタッフにお声がけください。)また、ひろばの半分を乳幼児親子の休憩場所として開放致します。

## ひろばのPhoto日記 (9月中旬~10月中旬)



秋まつり、盛り上がったね!



フライドポテト屋さん



親子でリトミック



赤ちゃんタイム