

# かるがも親子の家 4月予定表

開催曜日・時間 月・木・金 10:00～15:00(祝日・年末年始休み)

お問い合わせ : 090-5777-0104(広場開催日・時間のみ)

## 事前申込者 限定広場のご案内

下記 行事時間は事前申込者限定広場となります  
ホームページにて詳細をご確認の上お申し込みください  
行事時間以外は「自由遊び」となります。

4/10(木)

開室時間

9:30～15:30

11:00～11:45 健やか整骨院 札幌先生  
<生後1～4か月赤ちゃんとママのプログラム>

「産後からだほぐしストレッチ」

生後5～10か月親子もご参加いただけます

定員: 8組

4/17(木)

開室時間

10:00～15:00

11:00～11:30 練馬助産師会 名嘉真先生

「スキンシップマッサージ」

対象: 首すわりからハイハイまでの赤ちゃん

定員: 10組

オンライン広場でもご参加いただけます

11:30～12:00 「個別育児相談」

0～3歳児親子対象。どなたでも受けられます。

4/24(木)

開室時間

10:00～15:00

11:00～11:30 講師:辻村先生

「リズムあそび」

対象: 0～3歳児親子 定員: 10組

4/25(木)

開室時間

10:00～15:00

11:00～12:00 <かるがも見守り隊>

「離乳食のおはなし」 & 個別相談

北保健相談所 管理栄養士さん

対象: 0～3歳児親子 定員: 10組

その他の行事…予約なしで参加できます

4/21(月) 11:00～11:30

4月うまれお誕生会

みんなで4月生まれのお友達を  
お祝いしよう

ひろばの都合により、行事を変更する場合があります。  
当日のホームページ等をご確認の上ご参加ください。