



	日	月	火	水	木	金	土
場所 時間	お休み 🌸	春野あじさい会館 9:30~15:00	南ヶ丘 コミュニティ センター	春野あじさい会館 9:30~15:00	長浜宇賀公民館 10:00~15:00	春野あじさい会館 9:30~15:00	お休み 🌸
						1 いっぱいあそび	2 お休み 🌸
	3 お休み 🌸	4 いっぱいあそび	5 お休み 🌸	6 いっぱいあそび	7 長浜宇賀 公民館 🌟	8 いっぱいあそび	9 お休み 🌸
	10 お休み 🌸	11 いっぱいあそび	12 🍓 いっぱいあそび	13 📖 いっぱいあそび	14 長浜宇賀 公民館	15 いっぱいあそび	16 お休み 🌸
	17 お休み 🌸	18 🌻 いっぱいあそび	19 お休み 🌸	20 春分の日 🌸	21 長浜宇賀 公民館 🌟	22 🌻 いっぱいあそび	23 お休み 🌸
	24 31 お休み 🌸	25 いっぱいあそび	26 🐱 いっぱいあそび	27 🎂 いっぱいあそび	28 長浜宇賀 公民館 📖	29 いっぱいあそび	30 お休み 🌸

妊婦・0歳児親子の集い

講座は11時頃スタートになります!!動きやすい服装でお越しください



7日(木)長浜宇賀公民館

10時~12時 身長・体重測定・育児相談・講座・交流

★ストレッチ健康講座 **プラスONE** 講師 助産師 宮地絵里さん

音楽にあわせて身体を動かしてみませんか?~妊婦さんどうぞ~

今月の **プラスONE** テーマは

『子育て中のママへの いのちの教室のはじまり』
~親子の絆が深まるように~

両日午後からは15時まで いつものひろばです



21日(木)長浜宇賀公民館

10時~12時 身長・体重測定・育児相談・交流

みんなでふれあいあそびをしましょう

リフレッシュday



12日(火)南ヶ丘コミュニティセンター

10時半~12時 **ハンドメイドアクセサリを作ってみよう**

講師 **MOMO** 横江那美さん

材料費 500円 10組受付

イヤリングorピアスどちらか選べます

12時~13時 **みんなでランチ**

13時~14時 **ママが主役のヨガ教室**

お子さんも一緒にできるものもありますので様子を見ながらおこないましょう

講師 金田真依さん ヨガインストラクター (全米ヨガアライアンスRYT200)

参加費無料 長めのタオルをお持ち下さい 10組程度受付

リフレッシュdayは事前申込をお願いします

詳しくはお問い合わせください。ひろばは10時から15時まであいてます

よちよちランド (親子絵本ふれあい事業)



◎13日(水)春野あじさい会館 ◎28日(木)長浜宇賀公民館
①11時~12時 ②14時~15時

高知市から届いている「参加券」を持参ください

春を見つけにお散歩に行きませんか?



18日(月)・22日(金)春野あじさい会館

お天気のいいあたたかい日に 近くの公園や川沿いをお散歩します

参加は自由です! いつも通りひろばでもあそべます

帽子・ベビーカー・抱っこ紐などをお持ちください

わくぽけーりの主な流れ (妊婦さんも遊びに来てね)

午前 の部	9:30	(おでかけひろば 10:00~) ※第1.3(木)は通信上記 をご覧ください
	11:40	片付け・手あそび・絵本タイム
午後 の部	12:00	※みんなでのランチタイム(月水金のみ)
		いっぱいあそび
	14:40	片付け・手あそび・絵本タイム
	15:00	また明日☺



卒ひろばおめでとう会



26日(火)南ヶ丘コミュニティセンター

10時~

いっぱいあそび

11時~11時半

わくわく絵本タイム

『えほんのたね』のみなさん

11時半~12時半

わいわいカレーパーティー

手作りのカレーを食べましょう(10組程度)

一家庭300円(アンパンマンカレーあり)

白米・離乳食・スプーンはお持ちください

13時~14時

卒ひろばおめでとう会

今年度 卒ひろばのおともだち・ママをお祝いしましょう!!

嶋崎 史香さん ヴァイオリン
嶋崎 宏美さん ピアノ

も 卒ひろばに華を添えてくれます

3月生まれのお友達 お誕生会



~ みんなでお祝いしよう ~

27日(水)11時~11時半 春野あじさい会館

『わくぽけオリジナルカード』を作ってみよう!手形か足形とれますよ!

事前申込が必要です。25日(月)まで。

- ◎春野あじさい会館 高知市春野町西分1-1
- ◎長浜宇賀公民館 高知市長浜6327-1
- ◎南ヶ丘コミュニティセンター 高知市春野町南ヶ丘1-2-1

申込お問合せ連絡先(火・土日祭除く)

080-8637-8934

毎月の予定・日々の様子
お知らせ・予定変更等は
こちらから



@HARUNOWAKUWAKUPOKETSUTO