



浦上天主堂下  
電話番号

095-842-0017

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6 ちようちよの お部屋 お話会
7 休館日	8	9 身体測定 (午前中)	10	11	12	13
14 休館日	15	16	17	18	19	20 誕生会 11時～
21 休館日	22	23	24 ママのため の骨盤ヨガ 10:45～	25	26	27
28 休館日	29 休館日	30 ベビー マッサージ 10:45～				

白枠の日の開館時間は、いずれも 10 時～16 時です!(^^)!

- 6日(土)は、11時からボランティアグループ「ちようちよのお部屋」によるお話会があります。どうぞお楽しみに。
- 9日(火)の午前中は、身体測定を行います。予約の必要はありません。
- 20日(土)は、11時から4月生まれの誕生会を開催します。
- 24日(水)は、10:45からママのための骨盤ヨガがあります。予約は5組とさせていただきます。産後の骨盤を整え、無理のない範囲でインナーマッスルを鍛えていきます。初心者大歓迎。ヨガの深い深呼吸で心身ともにリフレッシュしましょう。(バスタオル、水分補給、動きやすい服装)
- 30日(火)は、10:45からベビーマッサージがあります。予約5組です。(バスタオル、水分補給)

※ 予約が必要なのは、24、30日のイベントです。4月1日から受け付けます。(電話予約は2日からです。)