



8月 西しゆく マーノ

多摩区宿河原 2 丁目 19 番地—6 ☎044-933-4152

8 月も気温が高いと予想されていますが、たくさん遊んでいっぱい食べて、そしてしっかりと休息をとって、親子共に元気に過ごしたいですね。 今月は栄養士さんが来てくださいますので、幼児食・離乳食でお困りの方は相談してください。 また、今月も利用されているお母様がボランティアで new イベントを企画してくださいました。 手軽に出来るストレッチを紹介して下さいます。 嬉しいですね!!

★イベントは一週間前から来所・電話で予約を受け付けます。 受付時間 ⇒ 9:30~16:30

室内 → イベント以外の時間は、予約なしでご利用いただけます。
イベント中は、門にお知らせを出しています。

午前 9:30 ~ 11:45

午後 2:00 ~ 4:15

園庭 午後 2:00 ~ 3:00

(午後、イベントがある時には園庭は使用できませんので、電話で確認してください)

マスクの着用は自由です。ご利用の際はご自宅で検温をお願いします。発熱や下痢・風邪症状など体調に不安がある場合は、ご利用をおひかえ下さい。病院の受診待ちもご遠慮下さい。

★初めてのの方は新規登録が必要ですのでいらして下さい。イベントの予約は登録をしている方です。

月	火	水	木	金
3	4 (7/28 より予約) ○水遊び ～室内は通常～	5 (7/29 より予約) ○水遊び ～室内は通常～	6 (7/30 より予約) 15:00 ★0歳の ふれあい遊び	7
10 (3日より予約) 14:30 ★離乳食 幼児食の相談	11 休み 山の日	12	13 (6日より予約) 15:00 ★英語で 遊ぼう	14 (予約なし) 16:00 迄 ★身長体重測定
17	18 (10日より予約) ○水遊び ～室内は通常～	19 (12日より予約) ○水遊び ～室内は通常～	20 (7/15 より予約) 14:30 ★子育て応援 講座1日目	21 (14日より予約) 14:30 ★11ヶ月迄の ベビーマッサージ
24 (17日より予約) 15:00 ★0～2歳の ベビトレヨガ	25 (18日より予約) 10:00 ★1歳の ふれあい遊び	26 (19日より予約) 9:30 ★誕生会	27 (7/15 より予約) 14:30 ★子育て応援 講座2日目	28 (予約なし) 16:00 迄 ★身長体重測定
31 (24日より予約) 11:00 ★バレエ ストレッチ	★6(木)・25(火)・26(水) 午前午後写真撮影OKです			

※神奈川県に特別警報、暴風雪警報や震度6弱以上の地震が起きた時には、すすくひろばは閉所します。

ママやパパが
楽しめます！

《 英語であそぼう 》

8月13日(木) 15:00 ~ 15:20

講師 おうすけ君のママ 浅田さん
英語で遊んで、歌って、触れ合しましょう。

今回のトピックは【カラー】です。

講師は西しゅくマーノご利用のママです

6日より予約

これから参考になる
事がいろいろ！

《 子育て応援講座 》

NPO 法人こども発達実践協議会

河合 清美さん

① 8月20日(木) 悩みを出し合いましょう

② 8月27日(木) 育児におけるイライラの
対策とセルフケアについて学びましょう

申込み 多摩区役所生涯学習

(会場は西しゅくマーノ)

935-3172 まだ間に合います

11ヶ月迄の
体験まだの方

《 ベビーマッサージ 》

8月21日(金) 14:30 ~ 14:50

★今月は時間が変わっています

ベビーマッサージインストラクター 荒井 璃瑠那さん
ふれあい遊びから始まり、全身のベビーマッ
サージュを行います。(バスタオル持参)

14日より予約

2歳迄の
お子さん

《 ベビトレヨガ 》

8月24日(月) 15:00 ~ 15:20

ヨガインストラクター 宇佐美 百合子さん

お子さんと脳トレを楽しみながら、ヨガで体
を整えませんか。動きやすい服装が良いです。

インストラクターは子育て中のママ。

(バスタオル持参) 17日より予約

《 離乳食・幼児食の相談 》

8月10日(月) 14:30 ~ 15:30

多摩区保育・子育て総合支援センター

栄養士 西川 千晶さん

遊びに来てミルクや食事の量・手づかみ食べな
ど解決しませんか。相談は10分以内ですが
進め方や献立など色々アドバイスをして下さい
ます。3日より予約(相談内容も教えて下さい)

《 バレエストレッチ 》

8月31日(月) 11:00 ~ 11:20

クラシックバレエ講師 中野 遥さん

育児で頑張る体をほぐしてリフレッシュ。

親子でリズム遊びも楽しめます。(初めての方や
体の硬さが気になる方も、お気軽にご参加くだ
さい) 講師は西しゅくマーノご利用のママです。

24日より予約

《 0歳・1歳のふれあい遊び 》

★0歳 8月6日(木) Pm 3:00 ~ 3:30
★1歳 8月25日(火) Am 10:00 ~ 10:30

0歳は 7/30日より予約 1歳は 18日より予約
すぐに覚えらるふれあい遊びや手遊びです。

1歳の子ども達とはリズム遊びや読み聞かせもします

8月26日(水)

9:30 ~ 10:30

誕生会

子どもさんの誕生や成長をお友達と一緒に祝い
ましょう。可愛い手形を押した誕生カードを
プレゼント。親子の写真も撮ります。

両親参加もOK。 19日より予約

1・2歳の水あそび

毎回6組ずつ 10:45 ~ 11:30

(申し込みは来所!! 8月で終了です)

たらいを用意しますが水の中には入らず、身体に水をかけたり

カップや水車・水鉄砲などの玩具で水遊びを楽しみます。

夏の楽しい遊びを皆さんが経験できるよう1回の予約をお願いします。

一週間前から予約できます。詳細をお知らせしますので、遊びに来た時に予約をしてください。

熱中症予防のため体調が悪い方や
妊婦さん、また赤ちゃんを抱っこ

おんぶしての付き添いは

ご遠慮ください。