



3月子育て講座

3月2日

親子ふれあい運動遊び ～スキンシップとサーキット遊び～

講師：スポーツファクトリースキップ
江原 直紀先生



前転、後転のコツ
を聞いてみんなで
挑戦！

3月5日

癒しの音色♪アルパコンサート

講師：アルパインストラクター
澤田 智美先生



アルパの音色は、
優しくてきれいで
癒されました♪



3月10日

絵本から学ぶゆったり子育て

講師：フリーアナウンサー
乳幼児心理相談員 浅井 彰子先生



子育てはつらいと言
っていいんです。
そう思っているのは
あなただけじゃない
ですよ！



3月24日

簡単！たんぱくりッチ離乳食 ～豆腐のそぼろ煮、白身魚のふわり団子スープなど～

講師：管理栄養士
河野 幸子先生



たんぱく質を中心
に食材選びや与え
方を学びました！