



平成28年度

ファミリーサポート講習会

5月16・17日の2日間でファミリーサポート基礎研修が行われました。
(安心してお子さんをお預かりできるように、提供会員になる為の講習会です)

今回の講習会では、NPO法人お助けネット代表 中谷さんによる「保育の心、子育て支援について」の講演会や「子どもの生活ケアと援助(おむつ替え、着替え、ミルクなど)実習」などを行いました。



☆ ファミリーサポート事業とは、家庭、地域での子育てを支え合うために「子育ての手助けをしてほしい人(依頼会員)」と「子育てのお手伝いができる人(提供会員)」の会員組織です。子育ての手助けをしてほしい方は、お手伝いができる方は **るるる 0153-72-3259** までお問い合わせください。

ママのための カルチャースクール の お知らせ

るるるでは、毎月いろいろなカルチャースクールを行っています。
お子さん連れで参加できますので、みなさんぜひご参加下さい！

① 女性のカラダ学習会

6/29(水)「女性ホルモンとプレ更年期の話」
10/17(月)「生理痛、PMS(月経前症候群)を軽くする方法」

② 身体の不調を整える ストレッチ教室

7/21(木)「ポッコリおなか解消ストレッチ」
8/31(水)「骨盤の歪み直しストレッチ」
9/28(水)「肩こり改善ストレッチ」

①②は 時間:10:00~11:00 料金:1回500円

③ アロマを使った 手作り講座

7/21(木)「肌にやさしい虫よけスプレー」
9/28(水)「保冷材を使ったアロマが香る消臭剤」

③は 時間:11:30~12:30 料金:1回800円(材料費込)

①②③共に 定員:20名



☆お申し込みは **るるる 0153-72-3259** まで。

NPO るるるで検索!

詳しくはるるるのホームページで <http://nporuru.wix.com/kosodate>

6月 行事予定

	月	火	水	木	金
			1	2	3
ホール				いんふぁんと 10:00~11:30	あいあいサロン (キッズクラス) 10:30~11:30
母乳育児相談室	おがわ母乳相談 9:00~15:15				
	6	7	8	9	10
ホール		親子サロン 10:00~12:00			あいあいサロン (ベビークラス) 10:30~11:30
母乳育児相談室	おがわ母乳相談 9:00~15:15				
	13	14	15	16	17
ホール	産後エクササイズ 10:00~11:00	ボコ学習会 10:00~12:00			あいあいサロン (キッズクラス) 10:30~11:30
母乳育児相談室	おがわ母乳相談 9:00~15:15	(休み)	おがわ母乳相談 9:00~15:15		
	20	21	22	23	24
ホール		親子サロン 10:00~12:00			あいあいサロン (ベビークラス) 10:30~11:30
母乳育児相談室	おがわ母乳相談 9:00~15:15				
	27	28	29	30	
ホール	産後エクササイズ 10:00~11:00	有酸素運動 9:30~11:30	女性のカラダ学習会 10:00~11:00		
母乳育児相談室	おがわ母乳相談 9:00~15:15				

7月 行事予定

	月	火	水	木	金
					1
ホール					あいあいサロン (キッズクラス) 10:30~11:30
母乳育児相談室					おがわ母乳相談 9:00~15:15
	4	5	6	7	8
ホール		親子サロン 10:00~12:00	産後エクササイズ 10:00~11:00		あいあいサロン (ベビークラス) 10:30~11:30
母乳育児相談室	(休み)	おがわ母乳相談 9:00~15:15			
	11	12	13	14	15
ホール				ファミサポ講習会 9:30~16:00	ファミサポ講習会 13:00~16:00 あいあいサロン (キッズクラス)
母乳育児相談室	おがわ母乳相談 9:00~15:15				
	18	19	20	21	22
ホール		親子サロン 10:00~12:00		ストレッチ教室 10:00~11:00 手作り講座 11:30~12:30	あいあいサロン (ベビークラス) 10:30~11:30
母乳育児相談室		おがわ母乳相談 9:00~15:15			
	25	26	27	28	29
ホール					
母乳育児相談室	(休み)				



お知らせ

おがわ母乳育児相談室
6月14日
7月4日、25日~29日と
土日、祝日がお休みです。
詳しくは、予約時にご確認ください。
Tel 090-9750-8684 (小川)

なごみ鍼灸院からお知らせ
るるる 2F での託児付の治療は休止します。
4月からはるるるの託児をご利用のうえ、
なごみ鍼灸院の方に直接お越しください。
ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いたします。
Tel 090-6211-9890 (北井)



中標津町の方は
ファミサポ・一時預かり
町外の方は
ハートママをご利用ください。