



# ひかりほいくえん 支援センターだより

# October 10

10月！今年も残すところヶ月・・・食欲の秋🍎みなさん満喫していますか？夏の暑さで疲れていた胃腸も少しづつ回復してご飯の美味しい季節になってきましたね。

今月も支援センターでのイベントを計画しています。

初めてのママさん&パパさんもスタッフが常時いますので安心してお越しください。

## ひかりほいくえん見学ツアー

そろそろ保育園どうしようかな？保育園ってどんな感じかな？そんな声をよく耳にします。ひかりほいくえん内を保育士がご案内する見学ツアーを開催します。

昨年大好評企画 今年もやります！！

### Mom's sun

### ひかり保育園 園見学ツアー

ひかりほいくえん内を保育士がご案内します

9/18(水)10:30~  
9/30(月)10:30~  
10/9(水)10:30~



上記日程以外でも随時見学しておりますのでお声がけください。

持ち物が少ない！看護師常駐！  
少人数での保育なので、一人ひとりに寄り添いながらより丁寧な保育を受けられる！  
手が行き届きやすく、サポートが手厚いところも安心！



## 施設利用について

開所日 月・水・金曜日（祝日はお休み）

時間 午前10時～午後3時

対象 0～3才の未就園児とそのご家族

定員 8組

※予約は不要ですが、定員になり次第来館の制限をさせていただきます。

お問い合わせ

担当者 清水 026-285-9434

## イベント情報

7日 ママ&ベビヨガ. 10:30～11:00

11日 0歳リトミック. 10:30～11:00

18日・30日 ママのためのリセットヨガ  
10:30～11:00

23日 1歳・2歳リトミック 10:30～11:00

28日 寝ね相談会 10:30～11:00

ママ交流会（要予約）

子どもの発達：8日(10:00～12:00)

医療的ケア児：15日(10:00～11:00)

ふたごちゃん：10日(13:00～15:00)

24日(10:00～12:00)

ひとり親の会：3日(10:00～12:00)

育休パパの会：1日(13:00～15:00)

詳細はホームページ&Instagramを  
ご覧ください。



## 大人気！ママ&ベビヨガ

ママさん達に大人気

「ママ&ベビヨガ」

赤ちゃんと一緒に楽しみながら、ママの運動不足も解消できる素敵な教室です。途中で赤ちゃんが泣いてもぐずっても大丈夫です！安心してご参加ください。



産後そろそろ運動したいな授乳や抱っこで体が痛いな赤ちゃんが一緒だとゆっくり運動するのは難しいですよね・・・ぜひこの機会にご参加ください。

予約不要。

先着順になります。

お待ちしております