

# 2025年10月～2026年2月 「もりっこやまっこ」自由ひろば・育児サロンのお知らせ



自由ひろばのみの参加の方は、申し込み不要です。

## 10月自由ひろばとサロン

### ☆サロンのみ☆

#### ☆ベビーマッサージ☆

日時：10/9 (木)  
10:30～11:45  
対象：2～6か月（10か月頃）のお子さまと保護者さま  
（生後6か月以降でも、お子さんが動いても大丈夫なら参加できます）  
講師：津田 佐貴子氏（助産師）  
内容：お子さまとふれ合って楽しい時間を過ごしましょう♪  
定員：10組程度  
申込開始：9/24 (水)

### ●リトミック●

日時：10/16 (木)  
サロンは10:40～11:25  
対象：3歳までのお子さまをおもちの保護者さま  
乳児さんも抱っこして参加できます♪  
講師：浅野 加織氏（リトミック講師）  
内容：メロディに合わせて一緒に楽しく遊びましょう♪  
定員：25組程度  
申込開始：9/24 (水)

### ●体験型プレママ教室●

日時：10/16、11/20 (木)  
10:30～11:30  
対象：妊娠20週以降の妊婦さんとそのご家族  
担当：助産師・看護師  
内容：他の妊婦さんや先輩ママ、助産師等と話をして、楽しい時間を過ごしましょう♪  
定員：10組程度  
申込開始：10/16→9/24 (水)  
11/20→10/29 (水)

## 11月自由ひろばとサロン

### ☆サロンのみ☆

#### ☆ベビーマッサージ☆

日時：11/13 (木)  
10:30～11:45  
対象：2～6か月（10か月頃）のお子さまと保護者さま  
（生後6か月以降でも、お子さんが動いても大丈夫なら参加できます）  
講師：津田 佐貴子氏（助産師）  
内容：お子さまとふれ合って楽しい時間を過ごしましょう♪  
定員：10組程度  
申込開始：10/29 (水)

### ●ヨガ●

日時：11/20 (木)  
サロンは10:40～11:25  
対象：3歳までのお子さまをおもちの保護者さま  
講師：はしもと かおり氏（ヨガインストラクター）  
内容：シヴァナンダ・ヨガでリラックス&リフレッシュ♪  
定員：25組程度  
申込開始：10/29 (水)

### ●自由ひろばとイベント●

#### ●クリスマス会●

日時：12/18 (木)  
イベントは10:40～11:30  
対象：3歳までのお子さまと保護者さま  
内容：毎年恒例！歌のお姉さんと一緒に歌って☆踊って♪サンタさんもやってくるかも？！  
申込不要です。  
お越しください。

## 12月自由ひろばとサロン

### ●自由ひろばとサロン●

#### ●ママの運動●

日時：1/15 (木)  
サロンは10:40～11:30  
対象：3歳までのお子さまをおもちの保護者さま  
講師：三浦康平氏（学内講師）  
内容：たまにはお母さんも気分転換！身体を動かしてポカポカしてみませんか？  
申込開始：12/26 (金)

### ●自由ひろばとサロン●

#### ●鍼灸のお話●

日時：2/19 (木)  
サロンは10:40～11:30  
対象：3歳までのお子さまをおもちの保護者さま  
講師：杉浦 雄氏（鍼灸師）  
内容：毎日頑張っているお母さん！体の不調や痛みを和らげる方法をご提案いたします♪  
定員：25組程度  
申込開始：2/4 (水)



「もりっこやまっこ」  
ホームページへ

●マーク●のサロンは、「もりっこやまっこ」自由ひろば（10～12時、体育館）の中で開催予定です。自由ひろばのみの参加の方は、申し込み不要です。

☆マーク☆はサロンのみの開催です。サロンに参加の方はお申込みください。上記の二次元バーコードからもホームページへ入れます。皆様にお会いできるのをスタッフ一同楽しみにしております。