

瀬谷区地域子育て支援拠点&親と子のつどいの広場

# プレママイベントinfo 10・11

イベントの詳細は裏面を見てね!

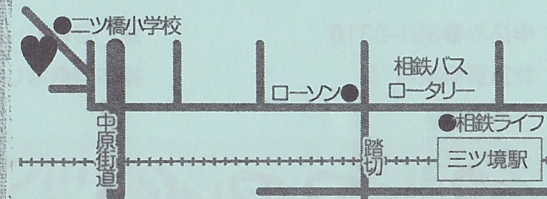
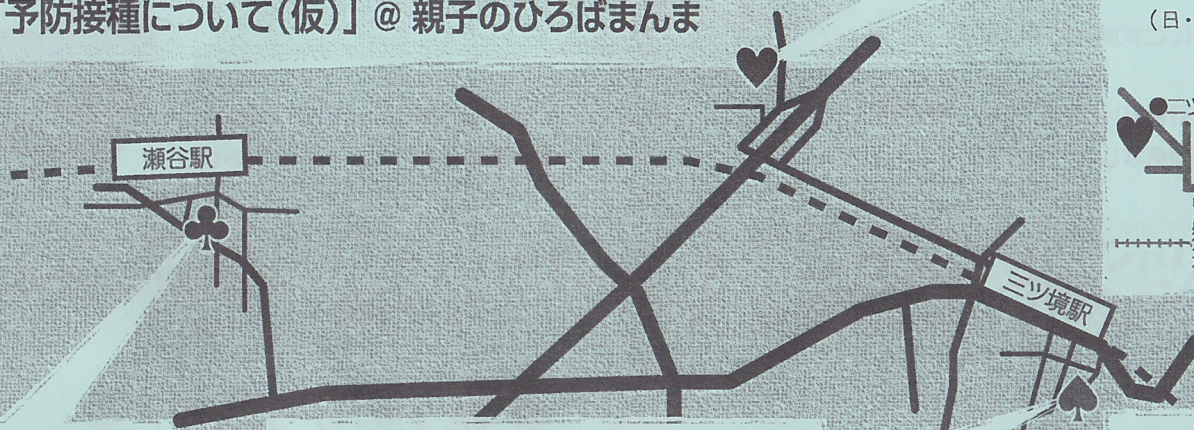
- ♥ 10/ 4 (土)・11/ 1 (土) プレママカフェ @ にこてらす
- ◆ 10/10 (金)・11/10 (月) 妊婦さんと赤ちゃんのふれあいデー @ ほっとスペース
- ♠ 10/ 9 (木)・11/13 (木) アロマで妊娠線予防&脚のむくみとり @ ひろばネスト
- ♣ 10/23 (木) 勉強会「予防接種について(仮)」@ 親子のひろばまんま

## ♥ にこてらす

瀬谷区ニツ橋町469  
 せやまる・ふれあい館 1F  
 三ツ境駅北口より徒歩15分  
 Tel 391-8816  
 火~土 9:30~16:00  
 (日・月・祝日は閉館。月曜が祝日・振替等で  
 休みの場合は火曜もお休みです)

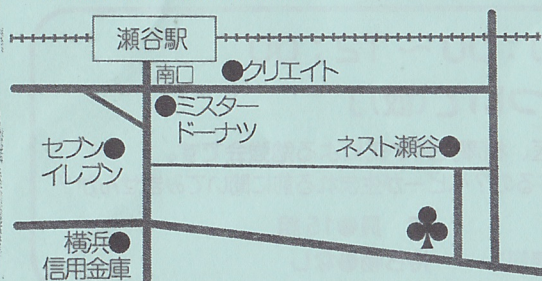


産後もお子さんを連れて遊びに来てね! 見学も気軽にどうぞ!



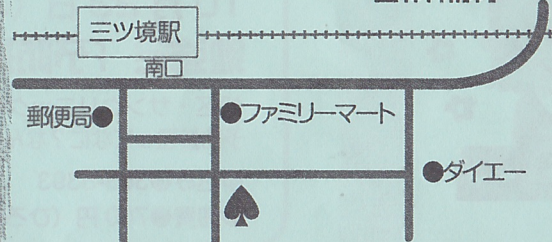
## ♣ 親子のひろばまんま

瀬谷区瀬谷4-7-19 2F  
 瀬谷駅南口より徒歩3分  
 Tel 303-5893  
 月~金 10:00~16:30  
 (祝日、第3火曜はお休み)



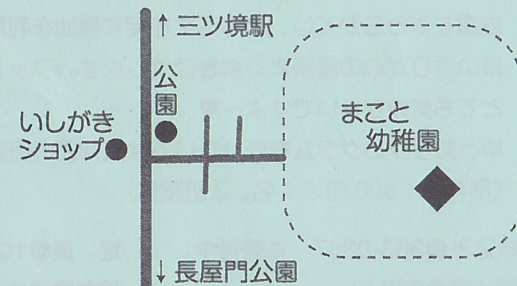
## ♠ ひろばネスト

瀬谷区三ツ境10-6  
 さくらんぼハウスWith(コスモビル)2F  
 三ツ境駅南口より徒歩1分  
 Tel 363-0367  
 月~金 10:00~16:00  
 (祝日、最終月曜はお休み)



## ◆ つどいの広場 ほっとスペース

瀬谷区三ツ境65(まこと幼稚園内)  
 三ツ境駅南口より徒歩10分  
 (駐車場あり/台数制限あり)  
 Tel/Fax 391-2430  
 月~金 10:00~16:30 (祝日はお休み)



♥ 瀬谷区地域子育て支援拠点 にこてらす

## プレママ♥カフェ

10月4日(土)・11月1日(土)

10:00～12:00(毎月第1土曜日)

ベビー誕生を待ってるママ同士、情報交換しませんか？

妊娠線って消えるの?? (>\_<) ベビー用品、他の人は何を買っているのかな～?  
などなど、妊娠あるある話、ぶっちゃけトークなどカフェインレスコーヒー、ハーブティー  
等飲みながらお話ししましょう。

\*第2子以降の方はきょうだい児も一緒にご参加いただけます。

申込み●391-8316

定員●10組程度

参加費●無料

持ち物●なし



◆ つどいの広場 ほっとスペース

## 妊婦さんと赤ちゃんのふれあいデー

10月10日(金)・11月10日(月)

13:30～14:30

☆赤ちゃん親子と妊婦さんが顔を合わせ、交流ができます。

☆赤ちゃん訪問員であるスタッフが出産前後や赤ちゃんに  
関する相談にお応えします。

申込み●不要

定員●なし

参加費●無料

持ち物●なし



## プレママイベントinfo 10・11,2014

各施設の住所等、詳細は裏面を見てね!

♠ ひろばネスト

## アロマで妊娠線予防&脚のむくみとり

10月9日(木)・11月13日(木)※予定

10:15～11:00

妊娠線の予防に、エッセンシャルオイルのマッサージはいかがですか？

皮膚をやわらかくし、肌の再生を促す精油を利用します。心地  
良い香りが心の緊張まで解きほぐします。フットマッサージも  
とても気持ちいいですよ～♥

ゆったりプログラムを受けたい方は兄弟児の託児も承ります。

(別料金：300円/1名、3組限定)

申込み●363-0367 ※受付中

定員●10名

参加費●600円

持ち物●オイルふきとり用のタオル



♣ 親子のひろばまんま

『まんま』は主に0～3歳の親子のための『居場所』ですが、  
プレママさんも大歓迎!ベビーとふれあったり、お茶を飲み  
ながら先輩ママさんとおしゃべりしませんか?プレママさん  
お1人でのひろば利用料は無料です(上のお子さんの通園・  
通学中にもぜひどうぞ)。気軽に遊びに来てください!



10月23日(木) 10:00～12:00

## 勉強会「予防接種について(仮)」

旭区・サンクリニックの小児科医、相澤芙美子氏による勉強会です。

予防接種ってなに?なんのためにするの?ベビーが生まれる前に聞いてみませんか?

申込み●303-5393

定員●15組

参加費●700円(ひろば利用料無料)

持ち物●なし