

やってみよう！ベビトレヨガ

毎年ご好評いただいている『ベビトレヨガ』を今年も講師にスタッフでもあります西澤さんをお迎えして行います。お子さんと一緒にリラックスしながら心地よく身体を動かしましょう♪初めての方でも安心してご参加いただけます。

お気軽にご参加ください。

★日時：7月2日（水）プレイス奥富フロアにて **10組予約制**

★時間：10時15分～11時15分 **6月2日（月）より予約受付開始**

★対象：2カ月～3歳までの親子

★持ち物：ヨガマットかバスタオル・水分・動きやすい服装でご参加ください

午前中は予約申し込みされた方だけの利用となります。



いっしょにあそぼ！七夕まつり

7月7日は年に一度の『七夕』ですね。7月7日（月）七夕の日に『いっしょにあそぼ！七夕まつり』を行います。七夕にまつわるお話を楽しんだり、七夕の歌を歌ったり、お子さんと一緒に七夕を楽しみましょう♪お気軽にご参加ください。お待ちしております！

★日時：7月7日（月） **予約不要・自由参加です。**

★時間：11時40分～12時



いっしょにあそぼ！夏まつり

7月10日（木）・11日（金）**二日間**『いっしょにあそぼ！夏まつり』を行います。お祭りらしい楽しいものをたくさんご用意しています。お子さんと一緒に楽しみましょう♪ご都合の良いときに是非遊びにいらしてくださいね♪お待ちしております♡ **予約不要・自由参加です。**

★日時：7月10日（木）・11日（金）プレイス奥富フロアにて

★時間：10時00分～16時30分

（12時～13時ランチタイムご利用できます）



西武文理大学の看護学生が

実習に来ます

西武文理大学は、狭山市柏原にある大学です。毎年、『母性看護学実習』の一貫として看護師を目指す学生さんたちが6月から12月までの間に7回見学実習に来ます。フロアにてお話をさせていただくこともあるかと思えます。

ご理解・ご協力の程よろしくお願いたします。



アドバンス助産師さんとおはなししよう

5月23日（金）に、当プレイス奥富を運営している NPO 法人さやま保育サポートの会大賀代表をお迎えして『アドバンス助産師さんとおはなししよう』を行いました。参加して下さったみなさんから、多くの質問やお悩みが寄せられました。今後女性なら訪れることがあるかもしれない更年期については、個人差があり大豆製品を毎日多く摂取することを推進され上手に付き合ってもらえたらとアドバイスいただきました。また、子育て中は気持ちの転換もとても大切なこととお話されていました。ご自身のことも大切にしながら、お子さんの時間を大事にしていきたいですね。助産師での多くの経験から貴重なお話をして下さり、みなさんと共有することができ、とても有意義な素敵な時間でした。参加して下さったみなさんありがとうございました。

