



# 1月の予定

下記の活動は予約制です。  
詳細についてはお問い合わせください。  
(080-9206-9910)  
その他の平日は自由あそびです。

## お茶会

(17日・金)

和の雰囲気の中、点てたお茶をいただきます。

## たんぽぽサロン

(28日・火)

体に優しく美味しいものを食べながら癒しの時間を過ごしましょう。

## ベビーマッサージ

(21日・火)

赤ちゃんに無理のないように講師の先生の優しいご指導のもと、母子ともに癒される時間です。

## 身体調和マッサージ

(16日・木)

10時集合、11時15分終了になります。ママの疑問にお答えしながら実技で効果を体験します。

## マザーズリハビリ

(15日・水)

明るく楽しい講師の先生を迎え、産後ママの肩、腰などのリハビリ運動、脳トレ等々を教えてください。

## 誕生カード作り

(31日・金)

職員と一緒に楽しく手作りしませんか。1月誕生児のみの参加とさせていただきます。

