スマイルルーム　11月号

【問い合わせ】　伊方町役 場　保健福祉課　TEL38－0217
開所時間　月・金曜日　9:30～12:30
火・水・木曜日　9:30～15:00

育児相談（6日　10:30～11:30）

保健センターから保健師さんがスマイルルームに来てくれます。ちょっと気になるな～とか、これって・・・と疑問に思うことがある方はぜひこの機会に気軽に相談してみてください。
身長・体重の測定もできます。
大きくなったか調べてみてください。



リサイクル（6日　10:00～12:00）

この日のリサイクルは冬物を用意しておきます。
掘り出し物を探しに来てみませんか（^0^）
赤ちゃんのものもたくさんあります。
お気に入りのものを探しに来てください。



出張スマイル　（11日　10:00～12:00）

三崎保健センター（2階和室）でお待ちしています。瀬戸・三崎の方はもちろんのこと、どなたでもいらしてもらって大丈夫です。
予約もいりません。
いつもの支援員がお迎えしますので、
みなさん遊びに来てください!!



11月の予定

月	火	水	木	金	土	日
2	3 お休み	4	5	6 育児相談 リサイクル	7 お休み	8 お休み
9	10	11 三崎	12	13	14 お休み	15 お休み
16	17 ベビマ ベビーヨガ	18	19 リラックス ヨガ	20	21 お休み	22 お休み
23 お休み	24	25	26	27 誕生会	28 お休み	29 お休み
30						

ベビーマッサージ・ベビーヨガ（17日）

10:00～　ベビーマッサージ（ねんねのお友達）
11:00～　ベビーヨガ（動きだしたお友達）
前日までに予約をお願いします。参加の方は、バスタオルと終了後の水分補給（おっぱいも可）をご用意ください
親子で触れ合い、楽しい時間を過ごしましょう。



リラックスヨガ（19日）

いつも頑張っているお母さんのためのヨガ♡
こわばった体をグーンと伸ばし、呼吸を深めゆったりと心も身体もほぐしましょう。
忙しい毎日の中で、自分自身とつながる特別な時間を過ごしませんか？
西予市から三好聡子さんに来ていただきます。
10時と11時、各8組ですので予約をお願いします！
当日は動ける服装でお越しください。

誕生会（27日）

10:30より11月の誕生会を行います。
みんなで一緒に誕生日のお友達のお祝いをしましょう。11月生まれのお友達は、お誕生カードに手形を押し、おやつのプレゼントもあります。
3日前までに予約をお願いします。



