

フレンドリープラザ外手児童館

11月 ままりフレ



「スポーツ」



お母さんのためのリフレッシュ企画です！少しの間ですが、お子さんと離れて育児等の疲れやストレスを解消しませんか？今回はスポーツの秋！ということでボッチャやモルックなどにチャレンジします。お話も楽しみつつ、体を動かしてリフレッシュしましょう！

※参加人数により内容を変更する可能性があります。

日時 **11月27日(月)**
10:00～11:30

定員 **10**名（お母さんのみの人数）

対象 **未就学児**（全クラス母子）

持ち物

飲み物・おむつ・着替え・その他お出かけグッズ

※おやつ・食事は不可。

※持ち物には名前をご記入ください。

※動きやすい服装・くつでご参加ください。

飲み物をお持ちください。

20日(月) インターネット予約開始



ままりフレ

～参加時のおねがい～

- お子さんを預ける場合はおむつ交換をしてから預けてください。
- 当日はお子さんの体調を確認してからお預けください。（体調不良の場合は託児はできません。）
- 預ける際はお子さんに必ず「行ってきます」引き渡しの際には「ただいま」のハグをしてください。
- お子さんに水分・替えのおむつ・ゴミ袋を持たせてください。※おやつ・食事は不可
 - また、普段使い慣れているお気に入りのタオルやおもちゃ等があれば、お持ちください。
- 0歳児のお子さんは使い慣れたバスタオルをお持ちください。
- 持ち物（靴も含む）には全てわかりやすいように名前を記入してください。
- 託児中におむつ替えを行う事もあります。荷物に必ず入れてください。

フレンドリープラザ 外手児童館 03（3621）4531

