

赤ちゃんくらす

乳児期の親子の時間をサポートします。



- 対象 生後2ヶ月～6ヶ月くらいまでの赤ちゃん親子
- 定員 6組 ※先着順
- 費用 無料
- 持ち物 着替えやおむつ・ミルクなど赤ちゃんに必要なもの
- 場所 子育てでつながる家いろは（長井市子育て支援センター）



「産後のやさしいストレッチ」

（監修：助産師 渡邊礼子氏）

産後の身体と心をやさしくほぐします。

※詳しい日程、内容、開催場所、申し込み方法については裏面をご覧ください。

親子で一緒にご参加ください。



親子の絆を深める



楽しい
ふれあい遊び



子育ての仲間ができる



子育ての知識やお役立ち情報
がもらえる



フォトブック
プレゼント！

主催：長井市子育て支援センター 子育てでつながる家いろは

〒993-0086 長井市十日町 1-6-49-2 ☎ 0238-87-0814

運営：認定特定非営利活動法人やまがた育児サークルランド

<https://ikuji-land.jp/>



成長の記録を残そう！

●内容

第1回	「産後のやさしいストレッチ」(監修:助産師 渡邊礼子氏) ・動きやすい服装でお越しください。 ・フェイスタオル、飲み物をご持参ください。 ふれあい遊び、情報交換
第2回	「足形フォトブック作り」 ふれあい遊び 情報交換
第3回	「ママのおしゃべり会」 ふれあい遊び 情報交換

※3回連続でご参加ください。

第1回、第2回は、ママとパパ一緒に参加できます。第3回は、ママのみの参加です。

●日程

	第1回	第2回	第3回
5月くらす 【対象】令和5年12月～令和6年2月生まれ	5月17日(金)	5月24日(金)	5月31日(金)
7月くらす 【対象】令和6年2月～令和6年4月生まれ	7月12日(金)	7月19日(金)	7月26日(金)
9月くらす 【対象】令和6年4月～令和6年6月生まれ	9月13日(金)	9月20日(金)	9月27日(金)
11月くらす 【対象】令和6年6月～令和6年8月生まれ	11月15日(金)	11月22日(金)	11月29日(金)

●時間 13:30～14:30

●開催場所

長井市子育て支援センター
子育てでつながる家いろは
〒993-0086 長井市十日町 1-6-49-2



●申し込み、お問合せ



Instagram の
DMから



メールから

okitama@ikuji-land.jp



電話から

0238-87-0814

※開館時間(火～金曜日 10時～15時)に
お電話ください。

※Instagram、メールでのお問い合わせは、直ぐに返信できない場合があります。ご了承ください。