

# ママ友つくて 毎日ハッピー ～冬編～

寒さになんて  
負けてる場合じゃない。  
冬も元気に！ママ友つくろう！

## 1/19(金)「託児打合せ」

託児が初めての方  
相談がある方は  
ぜひ参加してください。

## 1/23(火)「親子で3B体操」

親子でからだを動かして  
心はリフレッシュ！  
からはポカポカ！

## 2/6(火)「ものづくり講座」

冬といったら鍋！  
かわいい鍋敷きを作ります！  
託児あり

## 1/30(火)「クッキング講座」

栄養士の先生から  
「食」について学ぼう！  
料理をさらにおいしく！  
託児あり

## 2/20(火)「親子防災講座」

< 公開講座 >  
女性・母親の視点で考える防災  
事前にできる事を学ぼう！  
追加募集あり 見守りあり

4回連続講座  
各回 10:00～11:30

場所：七郷市民センター  
対象：未就園児と母親

15組（先着順）  
費用：託児費（2回参加）200円

材料費500円

※講座の1回目（1/23）にいただきます。

申込：12/22（金）10:00～  
1/12（金）まで  
電話または窓口にて