

エンゼル大学

アラフォーママ講座

ゆるゆるながらストレッチ
～心身ともにリフレッシュしましょう～

日時 6月7日(水)10:00～11:30

場所 すこやかひろば かるがもルーム

対象 調布市民で初産 35歳以上のお母さん

講師 菅原のり子氏

(ダンサー、振付師、ストレッチインストラクター)

定員 20人程度(多数抽選)

保育 あり 1歳半以上のお子さん7名程度
(多数抽選)

申込 5月6日(土)9:00～

5月12日(金)17:00 メールにて受付

同世代のママが集う場！
自分自身の心や身体と向き合って
リフレッシュしましょう♪



コロコロパンダからのお知らせ

5/15(月)コロコロパンダすこやか会場 7・8・9 か月では
市内保育園の栄養士さんによる離乳食講話があります☆

すこやか会場のコロコロパンダは予約不要です！

直接すこやかまでお越しください♪

*詳細はすこやか HP をご覧ください



ひろばの開放状況・イベントの日程は

←←←カレンダーをチェック！



保健室からのお知らせ

ご予約なしで、どなたでも
お子さんの身長・体重の測定ができます
直接すこやかの保健室にお越しください♪

5月の実施日は

4

11

18

25

毎週木曜日です

時間 10:00～11:30

*育児相談をご希望の方は予約制です

小児科医による健康相談

発育・発達・病気・予防接種など
健康に関する悩みや相談を個別にお受けします

日時 5月10日(水)10:30～11:30

場所 すこやか保健室

講師 貫井清孝先生(すこやか協力医)

定員 5人

お申込みは電話または直接すこやかへ

*治療行為は行いません



教えて！すこちゃん



Q.こどもの日ってなに？

A.こどもの日は端午(たんご)の節句でもあります。
端午の節句はもともと、病気や災いを避けるための
行事だったそうです。今は子どもの健やかな
成長を願い、お祝いする日となっています。

Q.どうしてこいのぼりを飾るの？

A.「鯉」は強くて流れが速い川でも元気に泳いで滝を
のぼることができる魚です。そんなたくましい
「鯉」のように子どもたちが元気に
大きくなることを願う意味が込められています。



すこやか 5月号



調布市子ども家庭支援センターすこやか
調布市国領町 3-1-38 ココスクエア 2階
TEL:042-481-7733

Vol.259 2023.05



すこやかHP↑



屋根のある公園「ひろば」からのお知らせ
5/8(月)からひろばの開放時間が変わります！

5/8(月)以降のひろばの開放時間は

9:30～15:30 です

この時間内でいつでも遊んでいただけます☆

*片面開放やお休みの場合もございます

すこやか HP で最新の情報をご確認ください

また、ひろばは予約なしでご利用いただけます
調布市内・市外問わずお電話でのご予約は不要です
すこやかに直接遊びに来てください！

めだかルーム(和室)も開放しています

赤ちゃんも安心して過ごせる畳のお部屋です！
お子さんと一緒にゆったりお過ごしください♪



飲食はひよこルームへ！
ミルク用のお湯や電子レンジも
ご用意しています。ご活用ください☆

