



**2/7 (土)**  
10:00~11:00

助産師&理学療法士による  
予約制

**プレママ&プレパパ  
生後3か月までの赤ちゃんの教室**

ママ、パパ  
1人での  
参加OKです!

- 産前産後のママの心と体の変化
- 初めてでも大丈夫! 毎日のお世話
- 実は大切な抱っこのかた

**ランチタイム**  
11:30~12:30

ランチルームでおともだちと一緒に食べるよ!

妊婦中からぽっかぽかでも登録できます。  
“備えあれば憂いなし”  
一度説明を聞きに来ませんか?

知っていますか?  
**産後ヘルパー**

来たときよりも笑顔に

ぽっかぽかには様々なスタッフが在籍しています  
気軽に相談してみてくださいね

… はまゆきさん … あいこさん

保育士は毎日在籍しています

イベントの詳細はインスタよりご確認ください。  
(過去のイベントの様子もご覧いただけます)  
お問合せは電話にて受付けています。



**TEL.086-427-5550**  
(受付時間 12:00~15:00)

地域子育て支援拠点として倉敷市の委託を受けています  
妊娠期から始まる、子育て家庭の出会いと交流の場です  
**無料で利用できます** No.204

# ぽっかぽか 2月

**開所時間** みんなの広場 月~木・土曜日 **9:00 ~ 14:00**  
※金曜日は出張ひろば(倉敷幼稚園)で開所しています

月	火	水	木	金	土	日
※年齢の書いていない日・時間は、0歳~就学前までOK!						1 お休み
2 0・1歳の日	3	4	5 0・1歳の日	6 お休み	7 プレパパ&プレママ教室	8 お休み
9 0・1歳の日	10 きれい字ママ講座	11 お休み	12 0・1歳の日	13 お休み	14	15 お休み
16 0・1歳の日	17 きれい字ママ講座	18	19 0・1歳の日	20 お休み	21	22 お休み
23 お休み	24 きれい字ママ講座	25	26 0・1歳の日	27 お休み	28	今年も南陽東 / お休み