

家族みんなで 心も体もげんきになろう！

あつという間にサイズアウトしてしまった子ども服の交換会、
すべてのお子さんが楽しく、おもちゃであそべるスペース、
そして、赤ちゃんからおじいちゃん・おばあちゃんまで
みんなが参加できるワークショップと相談コーナー。
ご家族、おともだちとぜひご参加ください！

Join Us!

と き：11月11日（土）10：15～15：00
12日（日）10：00～15：00

ところ：松山市総合福祉センター 3階
（松山市若草町8-2）

両日
開催

子ども服
おさがり交換会
★1家庭5枚まで
交換可能

【老人健康増進室】

両日
開催

おもちゃ図書館

【教養娯楽室】

参加無料！

どなたでも
参加OK!
※申込不要
当日参加可

11/11
土

11：00～12：00

助産師さんによる
ふれあい遊び
&
心と体の健康相談

【教養娯楽室】

11/12
日

11：30～12：30

家族みんなの
ツボ押し講座
&
体のお悩み相談

【教養娯楽室】

助産師さんによるふれあい遊び&心と体の健康相談

講師：出張専門 せき助産院
関 倫子 氏

- ★温かい手と弾む歌声と優しいまなざし。
大好きな人と肌と肌をふれあわせることで
安心でき、幸せな気持ちになります♡
心地よい時間を、みんなで共有しましょう！
- ★赤ちゃんやママ、プレママの体や心の
健康相談、パパに知って欲しいママの体の
ことなど、気軽に相談してみませんか？

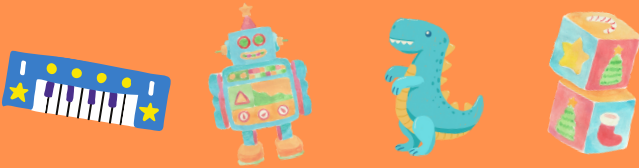
家族みんなのツボ押し講座 &体のお悩み相談

講師：両村鍼灸整体院
両村 亘祐 氏

- ★ツボ押しは手軽にできるセルフケアの
ひとつ。おうちでできるツボ押しを学んで、
家族みんなで元気になりましょう！
- ★「こんな時に、効くツボってあるの？」
「子どもがお腹を冷やしやすいの・・・」
なんてお悩みありませんか？
先生が優しく相談に乗ってくれます♡

おもちゃ図書館

- ★すべてのお子さんが楽しく、おもちゃで
あそべるスペースです。広いスペースで
ワイワイ一緒にあそびましょう😊



赤ちゃん・乳児・幼児・児童
パパ・ママ・おじいちゃん・おばあちゃん
プレパパ・プレママ
プレおじいちゃん、プレおばあちゃん
おじちゃん・おばちゃん
おともだち
みんなであそびにきてね！



子ども服おさがり交換会

- ★お持ち込みいただいた子ども服等（1家庭5点まで）の
枚数分のチケットをお渡しします。

チケット1枚と子ども服等1点の交換となります。

- ★持ち込み可能なもの

- 1.ベビー服&子ども服（170cmまで）やバッグ、靴
※未使用または洗濯済みのもの
- 2.下着・靴下 ※未使用のもの
- 3.記名有でもOK（気になる方は消してください。）
- 4.制服・大人の服は不可

- ★その他

- 1.当日はマイバッグのご持参にご協力ください。
- 2.おさがり服がない場合は、100円の募金でチケットを
1枚お渡しします。

