



ぽかぽかと暖かく、もうすぐ春がそこまできているように感じられますね。お散歩やあでかけが楽しみになってきます。体を動かし、みんなで元気に過ごしていきたいと思います。



お知らせ

3月7日(土)

おひさまひろばは、お休みになります。
(マイタウン休館日のため)

3月24日(火)

大信ひろばは、
『ダンボールひろば』に大変身!!

3月20日(金・春分の日)

ひがしひろばでの企画も
お楽しみに♪



それぞれ、
詳細は後日
お知らせいたします。



風邪や感染症に負けないで!!

睡眠をとり、しっかり体をリフレッシュ、
おいしいごはんを、免疫力をあげましょう。

タンパク質... お魚・お肉・大豆(とうふなど)
免疫細胞が作られる。

発酵食品... キムチ・納豆・ヨーグルト類
腸内環境が整う。
きのこ類、海藻類も食物繊維がたっぷり。

ビタミンC... キウイ・いちご・柑橘類
免疫機能を強化してくれる働きがある。

open 10:00~16:00 * 予定は変更になる場合があります。事前にご確認ください。

| 3月のプログラム | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|----|----|-----------------------|-----|-------------------|-----------------------|
| 休館日 7(土) マイタウン白河は メンテナンスのため全館休館です | 2 | 3 | 定休日 4 | 5 | 6 | マイタウン 7 休館日 |
| 赤ちゃんひろば(予約制) 第2、第4水曜日 10:00~ねんね 13:00~はいはい | 9 | 10 | 11 赤ちゃんひろば | 12 | 13 | 14 |
| 双子ちゃんデー 21日(土) 14:00~15:30 どなたでも参加できます | 16 | 17 | 18 | 19 | お休み 20 春分の日 | 14:00~ 21 双子ちゃん |
| ぽかぽかの日 25日(水) 10:30~12:00 助産師さんとのお話 | 23 | 24 | ぽかぽか 25 赤ちゃんひろば | 26 | 27 | おたんじょう日会 28 |
| お誕生会 28日(土) 11:00~ (2,3,4月生まれのお友達をお祝いします) | 30 | 31 | *** | *** | | *** |