

# 1月の予定



月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
	年始休業 →				
7	8	9	10	11	12
	【鍼灸】 うたの会 *ねんね* LUNCH	【鍼灸】 コトバのコト。①	Ⓜヘアースタイル LUNCH	【鍼灸】	LUNCH
14	15	16	17	18	19
	【鍼灸】 うたの会 *あんよ* LUNCH	【鍼灸】 コトバのコト。②	【ヘアースタイル】 フリーマーケット (LUNCHはお休み)	【鍼灸】	ベビーサイン教室
21	22	23	24	25	26
生の知①	【鍼灸】 妊婦さんのための お灸倶楽部 LUNCH	【鍼灸】 コトバのコト。③	LUNCH	【鍼灸】	LUNCH
27	28	29	30	31	
日曜整体	【鍼灸】 LUNCH	【鍼灸】 コトバのコト。④	【ヘアースタイル】 スリング相談会 LUNCH		

【LUNCH】 毎週火・木・第2・4土曜日 12:00～14:30 1食 700円 10食限定

【妊婦さんのためのお灸倶楽部】 毎月第4火曜日 11:30～12:30 部費 500円(別途お灸お譲りします) \*要予約\*

【DP(旧 BabyShiatsu)】 偶数月水曜日 10:00～11:00 全4回 (1500円/回) \*要予約\*

【生の知(いのち)のおはなし会】 毎月第1 第3 月曜日 参加費 800円(お茶とケーキ付) \*要予約\*

【コトバのコト。】 奇数月の水曜日 4回連続講座 10:30～12:00 参加費500円(+500円でケーキセット付) \*要予約\*

【フリーマーケット】 毎月第3木曜日 11:00～14:30頃

【うたの会】 第2火曜日 ねんね、第3火曜日 あんよ 11:00～12:00 参加費:600円 予約不要

【スリング相談会】 毎月第4木曜日 10:00～12:00 参加費無料 予約不要

〒185-0022 東京都国分寺市東元町 1-38-32

母と子のサロンファミリーサロン事業部

TEL&FAX 042 (326) 2414

営業時間 9:30～17:00 (日・祝休日)

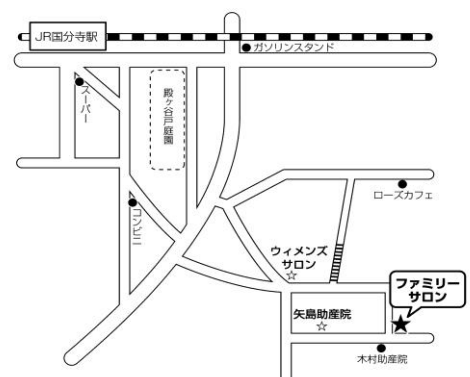
電話対応 月・水・金 9:30～20:00

HP <http://familysalon.net>

ブログ <http://familysalon.jugem.jp/>



ブログにジャンプ



駐車場を完備しておりません。  
お手数ですが、お車で越しの方は、駅周辺の駐車場をご利用下さい。

# 1月の北町親子ひろば通信

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4 年始休業	5
6	7 親子ひろば 栄養士訪問	8	9	10	11 親子ひろば	12
14	14 祝 成人の日	15	16	17	18 親子ひろば	19
20	20 親子ひろば	22	23	24	25 親子ひろば お誕生会	26
27	27 親子ひろば	29	30	31		

## 笑う門には福きたる

早いもので、平成30年が終わり、31年へ。そして、「平成」とももうすぐおわかれ。皆さんにとって、どんな平成30年(間)でしたか？笑い多き日々だったでしょうか？普段、あまり意識しないかもしれないけれど、笑ったり笑顔でいられたりすることって、幸せですよネ。笑いというのはすごい力をもっているそうで、例えば、糖尿病の人に大学の先生の話聞かせてから食事をすると数値が上がってしまい、お笑いを見せてから食事をすると数値があまり上がらないそうです。笑う→ストレスが減る→免疫力が高まる→心身の健康につながる・というわけです。楽しくなくても笑顔を作ってみたり、思い出し笑いや作り笑いをしてみるのも、いいみたい！また、子どもの世界にも似たような話があって、絵本を読んで笑ったり感じたりすることは、子ども達の心に余裕と潤いを与えてくれるそうですよ。けれど、そうは言っても難しい時もある「笑うコト」。そんな時のために心にとめておきたいですネ。「笑う門には福きたる！」

### ★助産師相談★栄養士訪問★

奇数月第1月曜日、栄養士！  
偶数月第2金曜日、助産師！  
(11時～13時)  
お気軽にお声掛けください。

### ★お誕生会★

第4金曜日は、その月生まれのお友達のお誕生会です！  
お誕生カードをプレゼント♪  
ひろばに遊びにきているお友達からは「うた♪」のプレゼント！

西武国分寺線 北

北町地域センター

五日市街道

妙法寺

国分寺高校

並木公民館 図書館

今月の予定表 QR →

月曜日10時～12時  
金曜日10時～14時 開催中！

国分寺市北町3-2-13 北町地区

エレベーターでベビーカーのまま上がれます♪