

千本フラザ
2025～
2026

赤ちゃんDAY

参加費
無料

毎月第4木曜日は、千本フラザ赤ちゃんDAY!

赤ちゃんと子育て中のママが気兼ねなく遊べるスペースを提供し、毎月楽しいイベントも開催しています♪
会場隣には授乳&おむつ替えスペースもご用意しています～お気軽にご参加ください☆

イベントタイム 10:30～11:00 ※要事前申込

聖隷沼津病院小児科による講話・質問コーナー 11:00～11:30

会場：千本フラザ 2階・集会室

対象：1歳未満児とその保護者の方 定員：親子25組（先着順）

お申込：各回受付開始日時に千本フラザHPにアップされる「赤ちゃんDAY 申込専用URL」から



千本フラザHP



2025 5/22(木)	《赤ちゃんご機嫌♪親子体操》	歌やリズムに乗って、姿勢正しく身体のストレスが少ないエクササイズ!
	【講師】三船美也子	【お申込開始】4/22(火) 11:00～
6/26(木)	《ベビーリトミック》	音に合わせてリズム感を養いながら、コミュニケーションを深めよう!
	【講師】峯松由貴、村松日登美	【お申込開始】5/22(木) 11:00～
7/24(木)	《リトミック&コンサート》	フルーツってどんな音?
	【講師】フレンドミュージック音楽事務所	【お申込開始】6/23(月)11:00～
8/28(木)	《ベビー&ママヨガ》	赤ちゃんといっしょにできるヨガで、ママの身体も労わろう!
	【講師】保科 恵	【お申込開始】7/22(火)11:00～
9/25(木)	《ハワイアンリトミック》	英語&ハワイアンミュージックに合わせて、親子で身体を動かそう!
	【講師】二宮晶子	【お申込開始】8/22(金) 11:00～
10/23(木)	《バランスボールでママシェイプ》	バランスボールを使い体幹につながるエクササイズをしよう!
	【講師】三船美也子	【お申込開始】9/22(月) 11:00～
11/27(木)	《ベビーリトミック》	音に合わせてリズム感を養いながら、コミュニケーションを深めよう!
	【講師】峯松由貴、村松日登美	【お申込開始】10/22(水) 11:00～
12/25(木)	《ベビー&ママヨガ》	赤ちゃんといっしょにできるヨガで、ママの身体も労わろう!
	【講師】保科 恵	【お申込開始】11/22(土) 11:00～
2026 1/22(木)	《リトミック&コンサート》	トロンボーンってどんな音?
	【講師】フレンドミュージック音楽事務所	【お申込開始】12/22(月)11:00～
2/26(木)	《ハワイアンリトミック》	英語&ハワイアンミュージックに合わせて、親子で身体を動かそう!
	【講師】二宮晶子	【お申込開始】1/22(木) 11:00～



《ごろごろアート》も人気だよ☆かわいい記念写真を撮って楽しんでね♪



千本フラザ Instagram

お問合せ先：
千本フラザ
☎055-962-3313
沼津市本字千本1910-206
協力：聖隷沼津病院小児科