

心とりで頑張らない♪



妊婦さんもどうぞ♪

未就園児親子のための
フリースペース

ままトこ

予約
不要



毎週木曜日10:30～15:00

運営協力金：大人300円(3歳以上100円)

ごはん&具沢山みそ汁、セルフカフェ、おゆずり

会場：自由ヶ丘第3区会公民館

宗像市自由ヶ丘11丁目3-18/駐車場あり

お休み

8/13

12/31

2/11(祝)

室内



大人はゆったりおしゃべり
子どもはたっぷり遊ぶ♪
遊んで、泣いて、食べて、
寝て、何気ない普通の1日
を、みんなでゆったり過ご
しましょう。

外遊び



会場を出てすぐ外遊びがで
きます♪階段を登ったり降
りたり、石を拾ったり、花
を摘んだり。何気ない外あ
そびが、子どもたちの身体
と心を育てます！

みんなでランチ



手の空いた人で、お昼ごは
んを作りましょう♪ごはん
と具沢山みそ汁があれば、
取り分けて離乳食にも。

群れたら
何とかなる！



おさんぽも
立派な遊び♪



みんなが食べる
みんなが美味しい♪



主催：ママボラむなかた



ママによるママのための
子育て共助団体

宗像市市民活動団体
第17回ふくおか地域づくり活動賞準グランプリ