

# カフェで気軽にリラックス！



練馬区ホームページ

各回定員  
親子5組

## 練馬こどもcafe

@ホテルカデンツァ光が丘



10月から、申込方法が変更になりました。

### 申込方法

練馬区ホームページからお申し込みください（先着順）  
右上のQRコードから「練馬こどもカフェ」のページを開き  
案内に沿って申し込んでください。

### 開催場所

ホテルカデンツァ光が丘 オフィス棟 1F パーティールーム

地下駐車場をご利用いただけます。

当日は、直接会場にお越しいただくか、  
不明な場合はホテル1F フロントにお声がけください。

### 受付期間

令和2年10月1日（木）10:00 受付開始

### お申込み前に、必ずご確認ください

- ・ 親子で一緒に参加していただく事業です。  
お子さんの一時預かりではありません。
- ・ 利用料、保険料はかかりませんが、  
自己責任でご参加いただきます。
- ・ ドリンクなどは、ご自身でお買い求めください。

各回の開催日や対象・テーマなど詳しくは裏面へ

### 【事業内容・申し込みに関するお問合せ】

練馬区こども施策企画課こども施策担当係

Tel.03-5984-1306（平日8:30～17:15）

### 【会場に関するお問合せ】

ホテルカデンツァ光が丘（企画広報部）

お問合せ対応時間 10:00～19:00

Tel.03-5372-4438

〒179-0075

練馬区高松5-8 J・CITYビル1階

申込方法は  
表面から！

各回定員  
親子5組

# 練馬こどもcafe

10月14日(水) 午前10~11時

## 親子でふれあうリズムあそび

おおむね  
2歳向け

童謡を歌ったり音楽に合わせて、親子でリズムあそびを楽しみませんか  
全身を動かすリズムあそびは、子どもたちの心と体の発達のお手伝いをします。

お子さんの発達のことなどについて一緒にお話ししたり、楽しい時間を過ごしましょう！

今回の先生

光が丘第四保育園 保育士

10月29日(木) 午前10~11時

## 完了期の食事と手づかみ食べ

おおむね  
1歳向け

離乳食から幼児食に移行する、中間地点の「完了期」。  
どんな食事がいいのかな...?

保育園の献立や子どもたちの様子を交えて、食事のポイントをお伝えします。また、手づかみ食べについてもお話します。食事のお困りごとなど、みんなで共有してお話しましょう！

今回の先生

道灌山保育園 栄養士

会場  
情報

ホテルカデンツァ光が丘 練馬区高松5-8 J.CITY

(お問合せ 企画広報部)

Tel. 03-5372-4438

【お問合せ対応時間】

10:00 ~ 19:00

感染症予防対策を行った上で実施いたします。参加者の皆様にもご協力をお願いいたします。