



# 双子の 「ままのまかフェ」



令和  
7年度

双子ちゃんとはじめてのお出かけに♪  
双子ちゃんの育児どうしてる？  
双子ちゃんならではの悩みや情報をお話ししませんか？

## 開催日

令和7年6月5日(木)      令和7年9月4日(木)  
令和7年12月4日(木)      令和8年3月5日(木)

## 時間

午前10時30分～11時30分

## 会場

ながおか市民防災センター 2階 研修室1・2

(長岡市千歳 1-3-85 子育ての駅ぐんぐんと同じ住所)



## 問い合わせ先

長岡市教育委員会 子ども家庭センター

電話 36-3790