



日	月	火	水	木	金	土
			1	2 お休み	3 豆まき・鬼面作り 10:00～(受付9:40～) ～節分を楽しもう～	4 お休み
5 お休み	6 外あそびの日 10:30～11:45 ～支援センターへ行こう～	7	8 カンガルー広場 <sup>休</sup> 9:30～11:30 ～塩分測定してみよう～	9 ファーストデイ 10:30～11:45 ～ようこそ広場へ～	10	11 お休み (鬼が辻)
12 お休み	13	14 プレママタイム☆ 10:00～11:45	15	16 外あそびの日 10:30～11:45 ～ちびっこマラソン大会～	17	18 お休み
19 お休み	20	21	22	23 赤ちゃんタイム☆ 10:00～12:00 カンガルー広場(助産師) 13:00～16:00	24	25 お休み
26 お休み (吉備路マラソン)	27 外あそびの日 10:30～11:45 ～広場のお庭で遊ぼう～	28				

☆=(午前) ★=(午後) ◎=(1日を通して) 各記号がついている日には助産師がいます。(※都合により変更する場合があります。ご了承ください。)

### ♪外あそびの日♪ 10:30～11:45

(6日)～山手子育て支援センターへ行こう♪～

- ★お散歩しながら、山手子育て支援センターへ遊びに行ってみませんか?★
- ・持ってくる物：防寒着 お茶 ベビーカー(必要な方)など

### (16日)～ちびっこマラソン大会♪～

- ★応援旗を作って、プレ吉備路マラソンをしよう★
- ・持ってくる物：防寒着(動きやすい服装) お茶
- ※2月26日(日)は吉備路マラソンの日です。
- 参加される方、応援される方のために、みんなで一緒に『応援旗』を作りましょう!!
- ※みんなで作った『応援旗』は、吉備路マラソンの応援で使われるよ♪



### (27日)～広場のお庭で遊ぼう♪～

- ★広場のお庭で段ボールを使って遊んでみよう★
- ・持ってくる物：防寒着 お茶 など

### ♪節分豆まき♪ (3日) 10:00～(受付9:40～)

- ・山手子育て支援センターの先生が『節分』にちなんだ楽しいお話や催しをしてくれるよ♪
- ・予約受付中(当日受付もできます)



### ♪「鬼が辻」の鬼面づくり♪ (3日) 11:00頃～

- ・参加費：50円(お面1つにつき)
- ※2月11日(土)13:00～市民会館で『鬼が辻』があります。
- 素敵なお面をつけて『鬼が辻』に参加してみませんか♪
- ※もちろんお家での豆まきにも使ってね!

### ♪ベビーマッサージ♪ (1日) 10:30～(10:00～受付)

- ・対象：0歳の赤ちゃん和妈妈 ・定員：10組
- ・参加費：300円(オイル代含む) ・要予約
- ・持ってくる物：バスタオル 着替え お茶 など
- ※ベビーマッサージは別室で行います。

### ♪プレママタイム♪ (14日)

- ・対象：妊産婦とその家族
- ・内容：『分娩リハーサル』
- ・持ってくる物：親手帳
- ～妊婦さん同士で楽しく一緒におしゃべりしましょう♪～



### ♪赤ちゃんタイム♪ (23日)

- ・対象：1歳未満の赤ちゃんとその保護者
- ・持ってくる物：親手帳 バスタオル お茶
- ・内容：ベビーマッサージで、赤ちゃんとしっかりスキンシップ♪
- ママは産後ピクスでリフレッシュ&シェイプアップ!!
- ※ママは動きやすい服装でご参加下さい。

### ♪ファーストデイ♪ (9日)

- ～広場に行くのはちょっと不安な方、初めての方や久しぶりの方…ようこそ広場へ♪～

### ♪雪舟文庫♪ (1日) 13:30～14:00

- ・市の巡回図書館がやってくるよ!

### ♪カンガルー広場♪

(8日) 9:30～11:30 栄養士さんの日

- ★家庭で普段飲んでいる汁物の塩分測定をしてみよう★
- ・持ってくる物：汁物(お家で作ったもの50cc程度)
- ※塩分測定以外にも、食事や離乳食、栄養について気軽に栄養士さんに相談できますよ♪

(23日) 13:00～16:00 助産師さんの日

- ～広場に助産師さん・保健師さんが来てくれます☆
- 気軽に会話や相談が出来ますよ♪～

