



日	月	火	水	木	金	土
					1	2 お休み
3 お休み (文化の日)	4 お休み (振替休日)	5	6 おもほり 10:00~12:00	7 お休み	8 予防接種のお話 14:00~	9 お休み
10 お休み	11 親子体操 10:30~11:45 (1歳以上 定員15組)	12 プレママタイム☆ 10:00~12:00	13	14 ファーストデイ 10:30~11:45	15 外あそびの日 10:30~11:45 ~すもうとり山~	16 お休み
17 お休み	18	19 カンガルー広場★ 13:00~16:00	20 歯の健康座談会 10:30~ お話のじかん	21	22	23 お休み (勤労感謝の日)
24 お休み	25 おいでよ♪赤ちゃん 13:30~15:00	26	27 外あそびの日 10:30~11:45 ~御崎神社~	28 赤ちゃんタイム☆ 10:00~12:00	29	30 お休み

《☆：午前 ★：午後 ◎：終日》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

(15日)~すもうとり山~

(27日)~御崎神社~

お外にはワクワクがいっぱい!! 落ち葉やどんぐりなど、秋を見つけにいってみよう♪

- ・持ってくるもの：帽子、お茶、虫よけ対策など



プレママタイム (12日) 10:00~12:00

『分娩リハーサル』

気になる分娩のあれこれ、助産師さんがお話してくれますよ。相談もお気軽にどうぞ♪
今月は、思い出マタニティフォトでメッセージカードを作ってみましょう☆

- ・対象：妊産婦とその家族
- ・持ってくるもの：親子手帳、母子健康手帳副読本

赤ちゃんグッズの貸出もあります



ファーストデイ (14日) 10:30~11:45

ようこそひろばへ☆

ひろばに行くのはちょっとドキドキ…そんな初めて来られる方やひろばが久しぶりという方同士が会える日です。手形もとれるよ♪

スタッフはエプロンをつけています。声をかけてね☆

赤ちゃんタイム (28日) 10:00~12:00

ベビーマッサージで赤ちゃんとおゆったりスキンシップ♪
ママは産後ピクスでリフレッシュ&シェイプアップ!!
動きやすい服装で来てくださいね。

- ・対象：1歳未満の赤ちゃんとその保護者
- ・持ってくるもの：親子手帳、バスタオル、お茶など

カンガルー広場 (19日) 13:00~16:00

助産師さんや保健師さんが来られます。
妊娠中のこと、おっぱいのことや赤ちゃんのことなどお気軽に相談してくださいね。

お話のじかん (20日)

座談会のあとのお話は、紙芝居かな？
エプロンシアターかな？お楽しみに♪



雪舟文庫 (6日) 13:30~14:30

移動図書館がくるよ！いろいろな本と出逢おう♪

つどいらっこ『病気を予防しよう~予防接種のお話~』

(8日) 14:00~

市の保健師さんが、お話をしてくれます。
みんなで一緒に予防接種について考えましょう。
親子で気軽に参加して下さいね

※定員はありませんが、資料準備の都合上申し込みをお願いします。



おもほりをしよう! (6日) 10:00~(受付 9:45~)

みんなで苗から育てたおもいを収穫しよう! 山手子育て支援センターの先生からの出し物もお楽しみに♪
栄養委員さんのお芋を使った試食もあるよ。

- ・参加費：1組 200円
- ・定員：30組 申込み受付中
- ・持ってくるもの：お茶、スコップ、軍手、ナイロン袋、帽子、長靴、汚れてもいい服装等必要と思うもの

※アレルギー対応はしていません。



親子体操 (11日) 10:30~11:45

親子で楽しく触れ合いながら、体を動かそう♪

- ・対象：1歳以上
- ・定員：15組程度 申込み受付中
- ・持ってくるもの：お茶、タオル、着替えなど



ベビーマッサージ (13日) 10:30~(受付 10:00~)

- ・対象：0歳の赤ちゃんとその保護者
- ・参加費 300円(オイル代含む)
- ・定員：10組 要予約
- ・持ってくるもの：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。



おいでよ♪赤ちゃん (25日) 13:30~15:00

簡単おやつを作って試食しながら、離乳食や栄養のことなどおしゃべりしましょう☆市の栄養士さんも来てくれますよ。

- ・申込み受付中

歯の健康座談会 (20日) 10:30~

11/8は、いい歯の日。歯の健康について考えてみませんか？

※当日受付できますが、資料準備の都合上申し込みをお願いします。

