

なかよし広場 こっこ				各広場へのお問い合わせは、広場が開いている時間内をお願いします。			
日	月	火	水	木	金	土	
						1	お休み
2	3	4 11:30~(20分間)	5 読み聞かせタイム	6 9:30~12:00	7 10:30~11:30	8	お休み
9	10	11	12	13 10:00~12:00	14 10:30~11:30	15	お休み
16	17	18	19	20 10:00~12:00	21 10:30~11:30	22	お休み
23	24	25	26 10:00~12:00	27	28 10:30~11:30	29	お休み
30	31		プレママタイム (*午後休み)	赤ちゃんタイム	1才同級生タイム 外あそびを楽しもう!		

なかよし広場 びよこっこ				なかよし広場 びよこっこ・チュッピー 行事予約電話番号			
日	月	火	水	木	金	土	
						1	
2	3	4	5	6 11:30~(20分間)	7	8 10:00~12:00	
9	10	11	12	読み聞かせタイム	13	14	15
16 10:00~12:30	17	18	19	20	21	22 10:00~12:00	
23	24	25	26	27	28	29	
30	31						

子育てカレッジチュッピーひろば				問い合わせ:0866-31-7686(びよこっこ)			
日	月	火	水	木	金	土	
						1	
2	3	4	5	6	7	8	
9	10	11	12	13	14	15	
16	17	18	19	20	21	22	
23	24	25	26	27	28	29	
30	31						

ちびっこ広場				問い合わせ:0866-93-9834			
日	月	火	水	木	金	土	
						1	お休み
2	3	4	5	6	7	8	お休み
9	10	11	12	13	14	15	お休み
16	17	18	19	20	21	22	お休み
23	24	25	26	27	28	29	お休み
30	31						

= (午前) = (午後) = (1日を通して) 各記号がついている日には、広場に助産師がいて母乳相談などができます。  
(\*都合で変更になることもあります。)

**なかよし広場 こっこ からのお知らせ**  
 同級生タイム(同じ年生まれの子とその保護者が集い、交流を深め、親子でたくさんのお友達をつったり、同じ年ならではの共通の話題や悩み事を話し、情報交換ができる場になるといいなと思っています。)  
 ・2、3才(平成19年4月2日~平成21年4月1日生まれの子が対象です)  
 ・1才(平成21年4月2日~平成22年4月1日生まれの子が対象です)  
 ・0才(22年度:平成22年4月2日~平成23年4月1日生まれの子が対象 23年度:平成23年4月2日生まれ~の子が対象です)  
**今月の同級生タイムは「外あそびを楽しもう!」です。** お茶を用意してきてね。



初めましての日(広場へ行ってみたいけど最初の一步がなかなか出ない...という人。初めての人同士なら気軽に遊びに来られるかな...と思うので、ぜひ遊びにきてくださいね。この日以外でもいつでも遊びにきてね!)

読み聞かせタイム【こっことびよこっこ】で毎月あります。時間は11:30~20分程度です。  
 (総社市立図書館の司書の方が広場に来て、絵本や紙芝居の読み聞かせ、エプロンシアターなどをしてくれます。)



赤ちゃんタイム(1才未満の赤ちゃんとその保護者が対象です。親子ふれあい体操で赤ちゃんとしかりスキンシップをとり、そのあとは産後ピクスでママのリフレッシュ&シェイプアップ!!)  
 (注意) ・親子体操で赤ちゃんは裸になります。 ・ママは動きやすい服装で来て下さい。  
 ・赤ちゃんタイムは、好評につき、こっこかちびっこ広場のどちらか月1回の参加とさせていただきます。  
**もってくる物...バスタオル 母子手帳 お茶**

プレママタイム(マタニティピクスまたはヨガで十分に体を動かして、健康なマタニティライフ、安産そして産後の体作りを目指していきます。妊娠中、そして赤ちゃんが生まれてからずっと交流が続くような出会いの場になればいいなと思っています。)  
**もってくる物...室内靴 母子手帳 お茶 動きやすい服装で来て下さいね。**  
 (注意)自己管理のもとくれぐれも無理のない範囲でのご参加をお願いします。当日は、参加するにあたり助産師が問診チェックを行い、了承のうえ同意書に記入をしていただきます。よろしくお願いします。

ママ先生のおやつ教室(10月13日)  
 広場に遊びにきているママさんが先生になって、手軽に作れて栄養満点のおやつを教えてください。(材料費:250円を用意して下さいね)  
**9月20日(火)からびよこっこで予約受付を始めます。**



**なかよし広場 びよこっこ からのお知らせ**  
 パパデー(パパとお子さんのための広場です。子どもたちはパパにまかせて、ママが日ごろできないことをしたり、リフレッシュできる時間がもたらいいな...と思います。パパもお子さんといっぱい遊べるチャンスです!!)

プレママ&パパタイム(両親学級) } 裏面に詳しい説明が書いてあります  
 双子ちゃんタイム



**チュッピーひろば からのお知らせ**  
 今月は5日(水) 13日(木) 19日(水) 26日(水) に広場があります。



**ちびっこひろば からのお知らせ**  
 外遊びの日  
 4日(火)12日(水)21日(金) 10:30~ 外遊びの日でも「ひろば」は開いています。  
 4日「吉備路アリーナ公園」12日「すもうとり山公園」21日「常盤公園」 持ってくるもの:お茶、帽子  
 気候の良い時期です。外遊びをしっかりと楽しみましょう。現地に集合です。(少雨中止)  
 プレママタイム(妊産婦とご家族が対象です。)今月の内容は「胎教について」です。 **持ってくるもの:母子手帳**  
 3日(月 10:00~ 妊娠中から同級生のお友達が出来るといいですね。

赤ちゃんタイム(1才未満の赤ちゃんとその保護者が対象です。親子ふれあい体操で赤ちゃんとしかりスキンシップをとり、27日(木) 10:00~ そのあとは産後ピクスでママのリフレッシュ&シェイプアップ!!)  
 (注意)・親子体操で赤ちゃんは裸になります。 ・ママは動きやすい服装で来て下さい。 ・赤ちゃんタイムは、好評につき、こっこかちびっこ広場のどちらか月1回の参加とさせていただきます。  
**持ってくる物...バスタオル 母子手帳 お茶**

2・3歳あつまれ!(親子体操) 親子で楽しく体を動かしましょう。  
**17日(月) 10:30~**  
 要予約 受付開始 10/3~ 定員15組  
 持ってくる物...お茶 運動しやすい服装でご参加ください

性教育 25日(火 10:00~  
 助産師さんの乳幼児期からの大切なお話です。  
 ファーストディ~ようこそひろばへ 11日(火)10:30~  
 初めてちびっこひろばにこられる方の日です。ようこそひろばへ  
 お話ボランティア 6日(木 11:30~  
 山手の読み聞かせボランティアの方が広場で絵本や、わらべ唄を歌ってママ先生と英語で遊ぼう(ハロウィン)  
 31日(月) 10:30~ 要予約 参加費 100円  
 広場に遊びに来ているママが先生になってくれました。楽しく英語で遊びま  
 食育イベント(お魚屋さん)14日(金 10:00~  
 近所のお魚屋さんを訪問します。

吉備路アリーナ公園

常盤公園



**お知らせ**  
 11月2日お芋ほりがあります。定員50組 要予約  
 11月17日子宮がん検診のため広場はお休みです。

(広場ってどんなところ?)  
 広場は、主に0～3才の子どもたちとその保護者、そしてこれからママになる妊婦さんが気軽に集い、ほっと一息つける憩いの場です。

広場には、保育士や助産師などの資格をもったスタッフが交代でいます。一緒におしゃべりをしたり、子育て中の悩みも相談できます。

広場では、親子で一緒に遊んだり、スタッフや利用者さん同士でおしゃべりをしたり、親子でいっぱいお友達をつくってもらえたらいいなと思っています。そしてなにより、子どもも大人もゆったりとした時間をすごして、みんなが笑顔になれるところでありたいと思います。子どもと家にとじこもっている人、子どもと一緒に遊びたいけれど、どこへ行けばいいかわからない人、1日が長～いと思っている人、みんなみんな広場へおいでよ!!

[NPO法人きよね夢てらす 子育て応援 こっこ]  
**なかよし広場 こっこ**  
 あいてるよ!  
 月・火・木・金曜日 9:30～16:00  
 第4水曜日 9:30～12:30(プレママタイム)  
 お休みです!  
 水・土・日曜日 祝祭日 年末年始 お盆 警報発令時

住所: 総社市清音軽部666-6  
 :0866-92-0355  
 (こっこは、きよね夢てらす内にあります)  
 E-mail: tsudoinohiroba\_kokko@yahoo.co.jp  
 HP: http://www.piyokokko.com/

**なかよし広場 ぴよこっこ**  
 あいてるよ!  
 月・火・水・木・金・土曜日 10:00～16:30  
 第3日曜日10:00～12:30(パパデー)  
 お休みです!  
 日曜日 第2水曜日 祝祭日 年末年始 警報発令時  
 \*ぴよこっこの場所は、天満屋ハッピータウンリブ総社店さんより無償で提供していただいています。

住所: 総社市門田187  
 :0866-31-7686  
 (ぴよこっこは、天満屋ハッピータウンリブ総社店1階にあります)  
 E-mail: piyokokko@sky.plala.or.jp  
 HP: こっこと同じです

**子育てカレッジ チュッピーひろば**  
 あいてるよ!  
 週1～2回程度 10:00～15:00  
 (あいてる日は、カレンダーに書いています)  
 お休みです!  
 祝祭日 年末年始 お盆 警報発令時

住所: 総社市窪木111  
 (チュッピーひろばは、岡山県立大学内にあります)

[ほのぼの子育て ほっとはあと]  
**ちびっこひろば**  
 あいてるよ!  
 月・火・水・木・金曜日 9:30～16:00  
 ランチタイム12:00～13:00(お昼も食べれるよ)  
 お休み  
 土・日曜日 月1回木曜(不定) 祝祭日 年末年始 お盆

住所: 総社市地頭片山143-1  
 :0866-93-9834  
 (ちびっこひろばは、山手保健センター内にあります)  
 HP: http://www.chib.com/

**なかよし広場 ぴよこっこ からのお知らせ**

**プレママ&パパタイム(両親学級)** (実際に赤ちゃんを抱っこしたり、お人形を使って沐浴をしたり、赤ちゃんが生まれてから困らないようさまざまな体験ができます。妊婦さん一人での参加も大歓迎です。)

**持ってくるもの:母子手帳**

- [年間予定]
- 10月 8日(土)「赤ちゃんの物ってなにが必要?実際に触れてみよう」
  - 11月12日(土)「お産の時 お父さんはなにをする??」
  - 12月10日(土)「実際に赤ちゃんにふれてみよう」～オムツ交換から着替えまで～
  - 1月14日(土)「赤ちゃんをお風呂に入れてみよう(沐浴)」
  - 2月 4日(土)「赤ちゃんの物ってなにが必要?実際に触れてみよう」
  - 3月10日(土)「お産の時 お父さんはなにをする??」



**双子ちゃんタイム** (双子ちゃんならではの子育てエピソードや悩み事を語り合う、アットホームな広場です。先輩双子ちゃんママが来てアドバイスをくれることもあります。お腹に双子ちゃんベビーがいるプレママの参加も大歓迎です。気軽に遊びにきてくださいね。)

- [年間予定]
- 10月22日(土) 11月26日(土) 12月24日(土) 1月28日(土) 2月25日(土) 3月24日(土)

**ママさん交流会**

8月22日になかよし広場こっこで、食育イベント～野菜を楽しく知って美味しく食べよう!～が開催されました。

**参加親子の声**  
 ・いつも単品の食材を味付けしたりしてそれで終わり、もしくは、いつもレパートリーが決まっているので、今回のイベントのレシピをみて挑戦しようと思いました。嫌いな野菜も工夫したら食べてくれることが分かりました。  
 ・旬の意味を伝えるのがなかなか難しいのでとても参考になりました。旬の野菜のレシピも材料がシンプルなので家でも取り入れやすいなと思いました。



**イベントで試食したメニュー**  
 トマトのはちみつ煮 かぼちゃポーロ ビーマンのボンテゲージョ風 味噌煮トマト カレーもどき 夏野菜だれ 夏野菜たっぷりのカボタナー 焼きなすのオクラだれあえ きゅうりの佃煮 ゴーヤの佃煮 ゴーヤの梅酢あえ ゴーヤジュース  
 これらのレシピは広場に置いてありますので、スタッフに声をかけてくださいね。

8月25日になかよし広場こっこで、ママ先生のおやつ教室が開催されました。

**参加親子の声**  
 ・おいしく手軽にできるので、家で子どもと一緒に作ってみたいと思います。子ども用に栄養のことが考えてあるところも良かったです。

**おやつメニューとレシピ**

**フルーツ白玉**  
 材料[白玉粉 200g 牛乳(水でもOK)約190cc フルーツ缶詰(お好きなフルーツ)]  
 1. ボウルに白玉粉を入れ、牛乳を少しずつ加え、耳たぶぐらいのかたさになるまでよくこね、一口大に丸める  
 2. 沸騰したお湯に白玉を入れ、浮き上がったらさらに1～2分ゆで、氷水にとって冷やす。  
 3. 水気を切った白玉とお好みのフルーツを合わせる。

**スムージー**  
 材料[絹豆腐 200g 牛乳 160cc  
 ヨーグルト 180g 冷凍フルーツ 300g]  
 1. 材料すべてをミキサーにかける。

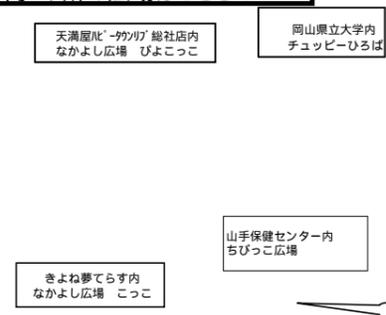


**チュッピーひろば(岡山県立大学内)の駐車場案内**



チュッピーひろばを利用するときは、県大正面玄関から進入して、左折をしたらテニスコート横の駐車場★に駐車してくださいね。  
 駐車場では、お子さんから目を離さないように、事故には気をつけてください。

**市内4ヶ所の広場はこちら!**



**なかよし広場こっこの駐車スペースについてのお知らせ**

(\*色 がついている所にだけ駐車できます。)  
 きよね夢てらす 小学校 公民館 公民館空地  
 郵便局  
 田んぼ 幼稚園 幼稚園  
 幼児園 駐車場  
 \*夢てらす前の駐車場が満車の時は、公民館の空き地へ駐車してください。  
 \*広場のスタッフにお子さんを預けてから車を止めに行っても大丈夫です。

**\*4つの広場は、総社市からの受託事業です**