



ちびっこひろば 12月号



山手保健センター内

TEL 0866-93-9834

日	月	火	水	木	金	土
				1 お休み	2	3 お休み
4 お休み	5	6 外あそびの日 10:00~11:30 (要予約 参加費100円)	7	8 ファーストデイ 10:30~11:45 ~ようこそ広場へ~	9	10 お休み
11 お休み	12	13 プレママタイム☆ 10:00~11:45	14	15	16 外あそびの日 10:30~11:45 ~すもうとり山~	17 お休み
18 お休み	19	20 クリスマス飾り作り 受付10:00~11:00 (参加費100円/個)	21	22 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	23 お休み (天皇誕生日)	24 お休み
25 お休み	26 大掃除の日 9:30~10:30	27	28 御用納め	29 お休み	30 お休み	31 お休み (大晦日)

☆=(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
(16日) ~すもうとり山公園に行こう♪~
・持ってくる物: 防寒着 帽子 お茶 など
・集合場所: ちびっこ広場

(6日) ~防災訓練や炊き出しを体験しよう♪~
・持ってくる物: お米1合 防寒着 軍手 (あれば) お茶 お碗 お箸 スプーン など
・集合時間: 10:00
・集合場所: ちびっこ広場
・参加費: 1組100円
・予約受付中 (電話予約可)
※材料準備のため予約をお願いします。
※アレルギー対応はしていません。
※天候不良による炊き出し中止の場合は、9:30頃に facebook などでお知らせします。



♪プレママタイム♪ (13日)
・対象: 妊産婦とその家族
・内容: 『食事と体重管理について』
・持ってくる物: 親子手帳
~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♪ (22日)
・対象: 1歳未満の赤ちゃんとその保護者
・持ってくる物: 親子手帳 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♪ (8日)
~広場に行くのはちょっと不安な方も、初めての方
同士なら安心して話せるかも...ようこそ広場へ♪~

♪雪舟文庫♪ (7日) 13:30~14:00
・市の巡回図書館がやってくるよ。(毎月第1水曜日)

♪ベビーマッサージ♪ (7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。

♪クリスマス飾りを作ろう♪ (20日)
・参加費: 100円/1個
・受付時間: 10:00~11:00
・持ってくる物: 必要な方は飾りを入れる袋など



♪カンガルー広場♪
(22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♪~

♪大掃除の日♪ (26日) 9:30~10:30
・持ってくる物: そうきん (あれば)
★広場やおもちゃに1年間の感謝を込めて
みんなでお掃除をしましょう♪★
※お掃除の後、みなさん一緒にティータイムでもしませんか?

♪お知らせ♪
※年末年始は、12月29日~1月3日までお休みです。

