



ちびっこ広場 3月号



山手保健センター内
tel 0866-93-9834

日	月	火	水	木	金	土
					1 ◎	2
3	4 ファースト・デイ 10:30~11:45 (ようこそひろばへ)	5 プレママタイム ◎ 10:00~	6 外あそびの日 10:30~自由解散 「角取山公園に遊びにいこう」	7 お休み	8 赤ちゃんサロン 10:00~12:00	9
10 乳幼児期からの性教育 10:00~11:45	11	12 外あそびの日 10:30~自由解散 「角取山公園に遊びにいこう」	13 ◎	14	15 赤ちゃんサロン 10:00~12:00	16
17	18 外あそびの日 10:30~自由解散 ◎ 「角取山公園に遊びにいこう」	19	20	21	22 不用品交換会 10:30~	23
24	25	26	27	28 赤ちゃんタイム ◎ 10:00~12:00	29	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。)

お知らせ

♪ママ先生による離乳食講座♪(1日)

実際に調理実習をして離乳食を作ってみよう。
時間 10:00~ 場所:山手ふれあいセンター
参加費:300円 定員:5名
持ってくるもの:米1合 エプロン 三角巾 布巾
子供のマイ食器とマイスプーン
ママ先生の為、お子さんの体調などにより、中止となる場合もございます。あらかじめご了承ください。

♪ファーストデイ♪(4日)

「広場に行きたいけどなかなか初めの一步が…」という方、初めての人同士なら安心かも？そんなあなたの為の日です。～ようこそ広場へ～

♪乳幼児期からの性教育part4♪(10日)

助産師さんからの大切なお話です。初めての方でも大丈夫です。ご参加ください。※当日はひろば内で講座をしています。講座が聞きやすいよう皆様のご協力をお願いします。

♪赤ちゃんサロン♪(8日・15日)

赤ちゃんの時に知っておきたいことあれこれ
対象:0歳児 原則として両日参加できる方(第1子の方を優先とさせていただきます。)
定員:10名 参加費:350円(冊子、茶菓子代)

♪不用品交換会♪(22日)

もう使わなくなってしまった赤ちゃんグッズ、ベビー服、スリング等
必要な方にお譲りください。
物品は22日までに広場にご持参ください。
もちろん当日でもOKです！

♪プレママタイム♪

(妊産婦とその家族)
持ってくる物: 母子健康手帳
内容: 出産リハーサル
～妊娠中からしておきたいこと～

♪外あそびの日♪

6日12日18日
～角取山公園で遊ぼう♪～
10:30~自由解散
小さな春を探しに行きましょう。

★外あそびの日でもひろばはいつも通り遊べます。

♪赤ちゃんタイム♪

持ってくる物 母子健康手帳・バスタオル・お茶
内容
親子ふれあい体操で、赤ちゃんとしっかりスキンシップをとり、その後は産後ビクスでママリフレッシュ&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ください。

