



## 1月 今月の予定

月 Mon.	火 Tues.	水 Wed.	木 Thu.	金 Fri.	土 Sat.	日 Sun.
お休み			1 元旦 HAPPY NEW Year	2	3	4 新年 ひろばスタート
5 お休み	6 	7	8 赤ちゃんタイム① 10:00~11:30 6ヶ月位までの赤ちゃん (当日予約) *助産師相談	9	10	11 
12 成人の日 開所しています	13 お休み	14	15 赤ちゃんタイム② 10:00~11:30 7ヶ月位~11ヶ月位までの赤ちゃん (当日予約) *助産師相談	16 会議の為 12:00 閉所	17	18
19 お休み	20	21	22 親子でリズム遊び 10:45~11:45 (予約不要) *助産師相談	23	24 	25
26	27 栄養相談 10:30~12:00 (事前予約)	28	29 親子で遊ぼう！ 10:45~11:45 (予約不要) *助産師相談	30 公園で遊ぼう！ 10:00~11:00 (予約不要)	31	

ピンクの四角で囲ったイベントは事前または当日の予約が必要です。

イベントのご予約は、お電話(0476-37-3922)または、ひろばで直接お受けいたします。お名前と登録番号をお知らせください。 詳しい内容は下記・裏面をご覧ください。よろしくお願ひいたします。

### 赤ちゃんタイム①②

(予約受付 当日 9:00 からお電話でお願いします。)

※ 定員各回 8組(先着順) 両日共、助産師がいます。

☆赤ちゃんタイム① 産後ケア・ベビーマッサージなど  
有酸素運動など産後の身体のケアをしましょう！

講師は、理学療法士 白濱美穂さんです。

※兄弟姉妹をお連れでの参加はご遠慮ください。

### ☆赤ちゃんタイム②

ヨガ・わらべうた・など

お子さんと一緒にヨガを楽しみましょう！

講師は鵜沢友香先生です。

※兄弟姉妹をお連れいただいて大丈夫です。

\* 場所 コミュニティセンター2階 和室

\* 持ち物 バスタオル・飲み物・動きやすい服装



開所時間内、ひろばは、いつでも自由に遊べます。  
(赤ちゃんタイムは予約制で別室にて行っています。)

### 親子で遊ぼう！ ☆豆まきごっこ

一足早く、節分の日の豆まきをしましょう！

定員、年齢の制限はありません。

時間内に自由に参加してください。



### 親子でリズム遊び (自由参加)

講師 藤田しのぶ先生

♪ひろばで親子一緒に楽しくリズム遊びに参加  
しましょう！ひろばで遊んでいるお友だちは誰でも自由  
に参加できます。

\* 持ち物など 飲み物(親子共) 動きやすい服装



助産師相談日 8日・15日は午前9時半から12時、  
22日・29日は、午後2時から4時半に川島助産師がひろばにいます。ご自身の身体のこと、お子様の発育や発達、子育てや授乳等について確認したいこと、気になることがありますたらお気軽にご相談ください。  
\*赤ちゃんタイムの時間は、そちらに参加しています。  
急なご相談などは、スタッフにお声をかけてください。

### 栄養相談

☆10時半よりひろばで、「子どもの食事、薄味ってどんな味?」について10分程のお話と、栄養士さんが作って下さるお味噌汁の試食があります。  
ぜひご参加ください。(予約不要)  
☆個別相談(事前予約受付1/6日(火)~1/20日(火)まで)  
成田市保育課の栄養士に、ひろばで個別相談ができます。離乳食や食事について気になることや知りたいことがありますたら、ご予約をお願いいたします

公園で遊ぼう!(予約不要・現地集合 現地解散)  
みんなで元気に遊ぼう! 場所:長原第一児童公園  
\*飛行機の遊具が目印の公園。駐車場も隣接。  
公園近くの十字路は一時停止が必要な場所です。  
十分、お気をつけください。

\*雨天の場合は中止。判断に迷う場合は、  
当日の朝、インスタグラム、ホームページ等で  
確認してください。



### なかよしタイム

わらべうたや紙芝居、絵本の読み聞かせ  
パネルシアターなどがあります。

#### ♪ 今月のわらべうた

うまはとしとし



ひろば内は、加湿器をつけていますが、乾燥していますので、定期的に水分補給をお願いいたします。

## ひろばの photo 日記

~11月後半から12月前半~

### 親子リズム遊び



### 親子で遊ぼう!



### えのぐ遊び



### 公園で遊ぼう!



### クリスマス会



クリスマスフォト



このサンタさん  
知っているような!?



メリークリスマス



### 千葉の木のおもちゃで遊ぼう! 2月26日(木) 午前10時~12時 (予約不要)

千葉県木育コーディネーター協会の方が千葉県で育った木で作ったおもちゃをたくさん持って遊びに来てくれます。おもちゃコンサルタント・元スタッフ伊藤京美先生もみえます。一緒に遊びましょう!