



# はくはく たより



## 利用案内

つどいの広場はぐはぐは、気軽にお母さんが立ち寄れる場所を提供しています。ぜひ、子育ての情報交換やお友達づくりの機会にご利用ください！

\*オムツ交換、授乳だけでもOK。遊びに来てね♪

**開館時間** 月～土 10:00～15:00 (不定期でお休みがあります)

**休館日** 日・祝日及び不定休 (カレンダーをご覧ください)

**対 象** 就学前の乳幼児と保護者

**利用登録** 初回に利用登録をしてください。

**利用料** 無料 (一部有料の講座があります)

| 11月カレンダー  |                       |  |  |   |   | 出張ひろば  |
|---|-----------------------|--|--|---|---|--|
| はくはく  |                       |  |  |   |   | 水  |
| 月   | 火                     | 水  | 木  | 金   | 土   |  |
| <b>つどいの広場とは？</b><br>就学前のお子様と保護者の方が自由に遊べる時間です。<br><b>赤ちゃんタイム</b><br>…よちよち歩きまでのお子様対象<br><b>0・1タイム</b><br>…0歳児、1歳児のお子様対象 |                       | 読み聞かせ<br>サロン 子育て相談<br>マッサージ (先着受付)<br>その他、各講座は2ページをご覧ください。 | 1  | 2   | 3   |  |
|   |                       |  | 0・1タイム<br>10:00～11:30<br>つどいの広場<br>11:30～15:00 | 産後ママの骨盤ケア<br>10:30～11:30<br>つどいの広場<br>12:00～15:00 | 文化の日  |  |
| 5   | 6                     | 7  | 8  | 9   | 10  | 7  |
| ベビー&キッズ リトミック<br>①10:10～10:50<br>②11:15～12:00<br>つどいの広場<br>12:00～15:00  | つどいの広場<br>10:00～15:00 | つどいの広場<br>10:00～13:30<br>赤ちゃんタイム<br>13:30～15:00<br>サロン     | 0・1タイム<br>10:00～11:30<br>つどいの広場<br>11:30～15:00 | 0・1タイム<br>10:00～11:30<br>つどいの広場<br>12:00～15:00    | ぱぱスクール<br>10:00～12:00<br>つどいの広場はお休み   | つどいの広場<br>10:00～15:00  |
| 12  | 13                    | 14   | 15   | 16  | 17  | 14   |
| お休み   | つどいの広場<br>10:00～15:00 | つどいの広場<br>10:00～13:30<br>赤ちゃんタイム<br>13:30～15:00            | 0・1タイム<br>10:00～11:30<br>つどいの広場<br>11:30～15:00 | かるがも広場<br>10:30～11:30<br>つどいの広場<br>12:00～15:00    | つどいの広場<br>10:00～15:00   | つどいの広場<br>10:00～15:00  |
| 19  | 20                    | 21   | 22   | 23  | 24  | 21   |
| ベビーリトミック<br>①10:10～10:50<br>②11:10～11:50<br>つどいの広場<br>12:00～15:00   | つどいの広場<br>10:00～15:00 | つどいの広場<br>10:00～13:30<br>赤ちゃんタイム<br>13:30～15:00            | 赤ちゃん広場<br>10:30～11:30<br>つどいの広場<br>12:00～15:00 | 勤労感謝の日  | お休み   | つどいの広場<br>10:00～15:00  |
| 26  | 27                    | 28   | 29   | 30  |   | 28   |
| つどいの広場<br>10:00～15:00   | つどいの広場<br>10:00～15:00 | つどいの広場<br>10:00～13:30<br>赤ちゃんタイム<br>13:30～15:00            | 0・1タイム<br>10:00～11:30<br>つどいの広場<br>11:30～15:00 | 0・1タイム<br>10:00～11:30<br>つどいの広場<br>11:30～15:00    |  | わらべうた・読み聞かせ<br>さくらんぼ<br>10:30～11:30<br>つどいの広場<br>12:00～15:00 |



# 11月講座紹介

## 申込方法

10月14日までに往復はがきもしくはHPよりお申し込みください。  
14日以降は空きがある場合に限り、先着順で予約を承ります。  
※応募多数の場合は、抽選となりますのでご了承ください。

5日  
月曜日

19日  
月曜日

## リトミック

講師：榎田晶子先生

音楽に合わせて踊ったり、歌ったりすることで、お子様の健やかな成長を支えてくれるリトミック講座です。

5日(月) ベビー&キッズ

- ①歩く前のお子様
- ②歩いているお子様
- ◆時間 ①10:10~10:50  
②11:15~12:00
- ◆場所 ①つどいの広場はぐはぐ  
②生活館2階ホール
- ◆費用 500円

19日(月) ベビー

- \* 歩く前のお子様のみ
- ◆時間 ①10:10~10:50  
②11:20~12:00
- ◆場所 つどいの広場はぐはぐ
- ◆費用 500円



申込必要

22日  
木曜日



## 赤ちゃん広場

赤ちゃんの手や足をいっぱい触って、赤ちゃん体操を行います。  
\* 身体測定、情報交換有

- ◆時間 10:30~11:30
- ◆場所 つどいの広場はぐはぐ
- ◆対象 生後3~10か月の赤ちゃんと保護者
- ◆持物 バスタオル
- ◆費用 無料

申込必要

7日  
水曜日

## サロン 子育てサロン

子育てアドバイザー：市川 幸恵先生

子育ての悩みはありませんか？  
子育てアドバイザーの先生に子育ての疑問や悩みを相談することができます。

- ◆時間 13:30~15:00
- ◆場所 つどいの広場はぐはぐ
- ◆費用 無料

申込不要

2日  
金曜日



## 産後ママのための骨盤ケア

理学療法士：井澤 美保先生

分娩によりダメージを受けやすい骨盤底筋群を意識した全身運動を行い骨盤底筋のケアを促していきます。

- ◆時間 10:30~11:30
- ◆場所 つどいの広場はぐはぐ
- ◆費用 500円
- ◆持物 バスタオル、飲み物、動きやすい服装

\* 託児はありません  
(子連れで参加可能)

申込必要

16日  
金曜日



## かるがも広場

講師：坂本 雅子先生

日本語の美しい響きをたくさん感じることでできるわらべうたを使った手遊びや絵本の読み聞かせを行います。

- ◆時間 10:30~11:30
- ◆場所 つどいの広場はぐはぐ
- ◆費用 無料

\* 本の貸し出し  
一人5冊まで (2週間)

申込必要



## ぱぱスクール

申込必要

10日  
土曜日

## 『ワークライフバランス』

講師：藏林 裕貴先生

将来必要なお金ってどのくらい？  
パパ目線でお話します。

- ◆時間 10:00~12:00
- ◆費用 300円

\* 詳しくはホームページもしくは専用申込書をご参照ください。

## 出張ひろば

申込必要

28日  
水曜日



## 出張ひろばのわらべうた講座 さくらんぼ

講師：原賀先生

日本語の美しい響きをたくさん感じることでできるわらべうたを使った手遊びや絵本の読み聞かせを行います。

- ◆時間 10:30~11:30
- ◆場所 出張ひろば (宮本二丁目第一自治会館)
- ◆費用 無料

9日  
金曜日

27日  
火曜日



## 瞳文庫による 絵本の読み聞かせ

瞳文庫による絵本の読み聞かせや手遊びを参加されたお子さんの月齢に合わせて行います。

申込不要