

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7 ◎	8	9	10	11
	10:30~11:45 <b>ファーストデイ</b> ~ようこそひろばへ~	10:00~11:45 <b>フレママタイム</b> ~赤ちゃんをお風呂に 入れてみよう~		<b>お休み</b>		
12	13	14	15	16★	17★	18
	<b>お休み</b>	<b>お休み</b>	<b>お休み</b>	10:00~11:45 お掃除とお芋畑の 草取り 参加費 50円		
19	20 ☆	21	22	23☆	24	25
	10:30~11:45 <b>水あそびの日</b> 0-1歳			10:00~11:45 <b>赤ちゃんタイム</b>		
26	27	28	29 ☆	30	31☆	
	10:30~11:45 <b>水あそびの日</b> 2-3歳		10:00~11:00 <b>ブラックシアター</b> 「じゃんけんぽん」 参加費 100円			

☆=(午前) ★=(午後) ◎=(1日を通して) 各記号がついている日には、ひろばに助産師が母乳相談ができます。(都合により変更になることもあります)

### お知らせ

13日 14日 15日はお盆休みです。

#### ♪ファーストデイ (6日)

「ひろばには、行ってみたいけど、何となく勇気が…」  
始めたの方向士なら安心して、気楽に話せるかも…  
そんな『あなた』のための日です。~ようこそひろばへ~

#### ♪お掃除とお芋畑の草取り (16日)

いつもお世話になっている、ひろばをきれいにしよう。  
お掃除の後はプールでお水浴び!!  
持ってくる物: タオル 軍手 雑巾 草取り鎌(ある方のみ)  
お茶 帽子 水着 水遊び用紙パンツ  
参加費 50円 ちょっとしたサプライズがあるかも?!

#### ♪ブラックシアター (29日)

「じゃんけんぽん」  
たんぽぽクラブの方が、ひろばの皆をご招待。  
大胆なステージは感動です。  
場所: 山手公民館2F多目的ホール  
参加費 一家族100円 幼稚園の園児もOKだよ



#### ♪フレママタイム♪

(妊産婦とその家族)

内容: ~赤ちゃんをお風呂に入れてみよう  
実際に『沐浴』を体験しよう~  
パパの参加も大歓迎です。  
人形の赤ちゃんをお風呂に入れる体験が  
できちゃいます。

持ってくるもの: 母子健康手帳

#### ♪赤ちゃんタイム♪

(1歳未満の親子)

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、産後ピクスで、  
ママリフレッシュ & シェイプアップ  
持ってくる物: 母子健康手帳 バスタオル お茶  
※ふれあい体操で、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。  
♡ご好評につき、赤ちゃんタイムは、ちびっこひろば  
なかよし広場 こっこのどちらか一方でのご参加を  
お願いします。

#### ♪アラフォーママ サロン (24日)

同じ世代のママ同士、楽しくおしゃべりしませんか?  
定員10名 ひろばにて受付中。電話でのお申込みOK  
(0866-93-9834)

※参加者2名以下の場合は延期とさせていただきます。その場合はご連絡させていただきます。ご了承ください。

#### ♪外あそびの日♪

水遊びを楽しもう  
20日 0-1歳 27日 2-3歳  
持ってくる物: 水着 タオル お茶  
水あそび用紙パンツ(ない場合は入水できません)  
♡外あそびの日以外でも毎日、水あそび、どろんこ遊びは  
できます。