



日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3 ファースト・デイ 10:30~11:45 (ようこそひろばへ)	4 プレママタイム ☆ 10:30~11:45	5	6 外あそびの日 10:30~ 「角取り山公園に 遊びに行こう」	7	8
9	10 子どもの性教育 10:00~11:45	11	12 外あそびの日 10:30~ 「角取り山公園に 遊びに行こう」	13 赤ちゃんタイム ☆ 10:00~12:00	14	15
16	17	18 外あそびの日 10:30~ 「角取り山公園に 遊びに行こう」	19 ☆	20 お休み	21	22
23	24	25 ☆	26 大掃除の日 10:00~11:45	27 ◎	28	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

### ♪ファーストデイ♪(3日)

「広場に行きたいけどなかなか初めの一歩が…」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part3♪(10日)

助産師さんからの大切なお話です。part3からのご参加も大丈夫です。みんなで乳幼児期の性教育を一緒に考えましょう。

### ♪大掃除の日♪(26日)

時間 10:00~11:45  
みなでお世話になったおもちゃや、お部屋を感謝の気持ちできれいにしましょう～。  
持ってくるもの 雑巾・汚れてもいい服装でご参加ください。

### ♪ママ先生のプチ講座♪

ママ先生のカラーセラピー講座(7日)

時間 9:45~11:45  
定員6名 要予約 参加費100円  
グループカラーセラピーを体験しよう。  
ほんのちよっぴり、隠れた自分に出会えるかも？



ママの手作りヘアゴム講座(11日)

時間 9:45~11:45  
定員10名 要予約 参加費150円  
持ってくるもの 裁縫道具(ある方のみ)  
手作りのヘアゴムで、ちよっぴりおめかしを楽しみませんか？

※ママ先生ですので、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。

### 年始年末のお知らせ

12月29日～1月3日までお休みします。  
お休み中、害虫駆除などを行います。  
1月4日はお掃除から始まります。ご了承ください。

### ♪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： 出産準備  
～心の準備から物品の準備まで～

### ♪外あそびの日♪

6日12日18日  
～角取山公園へ遊びに行こう♪～  
10:30～自由解散  
広場に集合してね！  
みなでお散歩しながら公園まで行きましょう。  
気温の状態で広場のお庭で遊ぶこともあります。  
持ってくる物 帽子・お茶  
※少雨中止 中止の場合は広場とHPにてお知らせします。  
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、その後は産後ピクスでマリフレッシュ&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。