



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 etc  
 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、その後は産後ピ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。

