

## ちびっこひろば 10月

山手保健センター内  
TEL 0866-93-9834

日	月	火	水	木	金	土
		1 ☆	2 ☆	3 外あそびの日 10:30~11:45 5 ~清音ふれあい広場~	4 お話ボランティア 11:30頃~	5 お休み
6 お休み	7 親子体操 10:30~11:45 5 ~2・3歳対象~	8 ファーストデイ 10:30~11:45 5 ~ようこそ広場へ~	9 ★	10 お休み	11	12 お休み (プレママ)
13 お休み	14 お休み (体育の日)	15	16 ☆	17	18	19 お休み
20 お休み	21 外あそびの日 10:30~11:45 5 ~国分寺でお弁当~	22	23	24 赤ちゃんタイム 10:00~12:00 0	25	26 お休み
27 お休み	28	29 外あそびの日 10:30~11:45 5 ~すもうとり山公園~	30	31 はっぴーハロウィン 10:30~11:45 5 ~英語で遊ぼう~		

☆=(午前) ★=(午後) ●=(1日を通して) 各記号がついている日には助産師がいます。(※都合により変更する場合があります。ご了承ください。)

♪外あそびの日♪10:30~11:45  
(3日)~清音ふれあい広場で遊ぼう♪  
・集合: サッカーグラウンド横駐車場  
・持ってくるもの: お茶、帽子、レジャーシートなど  
※芝生は気持ちいいよ!! 鯉やアヒルもいるよ♪

(21日)~国分寺でお弁当を食べよう♪  
・集合: 国分寺北駐車場  
・持ってくるもの: お弁当、お茶、レジャーシート、帽子など

♪親子体操♪(7日) ~親子で一緒に身体を動かそう~  
・対象: 2・3歳の親子15組 ・参加費: 100円  
・申込受付中 ・持ってくるもの: お茶など  
※動きやすい服装で来てね

♪リフレッシュ企画『姿勢講座4回シリーズ』  
日程: 10月9日(水) 姿勢チェック編  
16日(水) ねこ背編  
23日(水) 背骨編  
30日(水) 骨盤編  
時間: 9:30~11:00 場所: 山手公民館大会議室  
対象: どなたでも ・定員: 各回20名まで  
参加費: 1回500円(テキスト代、お茶代)  
申込: 9月24日~ひろばで予約受付開始  
(1回のみ参加もOK、各回の前日まで受付可)  
託児: 各回先着5名まで、ひろばにて託児します  
※託児に入らなかった方は、お子さんをどなたかに預けて、ご参加ください。  
※ひろばは、いつも通りあいています

♪プレママタイム♪(歯科支援プログラム)  
・日時: 10月12日(土) 13:00~  
・場所: 総社市総合福祉センター  
・持ってくる物: 親子手帳  
・内容: 沐浴やマタニティヨガ、ベビーサインなど  
いろいろ体験できちゃおう♪

※9月24日~総社市子ども課にて予約受付開始  
♪赤ちゃんタイム♪(24日)  
・対象: 1歳未満の赤ちゃんとその保護者)  
・持ってくる物: 親子手帳、ハスタル お茶  
・内容: ベビーマッサージで、赤ちゃんとしっかりスキンシップ♪  
ママは産後ピクサーでリフレッシュ&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下さい。

♪ファーストデイ♪(8日)~ようこそ広場へ~  
広場が初めての方や回数が少ない方、大歓迎の日!!  
初めての人同士で、気楽におしゃべりしましょう?

♪はっぴーハロウィン♪(31日)~英語で遊ぼう~

・定員: 15組 ・参加費: 100円  
・申込受付中  
※地域の子ども英語ボランティアグループさんが、  
英語で外国の行事やゲームを紹介してくれるよ!!  
※ハロウィンの衣装をして、みんな集まれ~(着なくてもOK)

10月