




日	月	火	水	木	金	土
			1	2 お休み	3 ☆	4 お休み
5 お休み	6 ★	7 アラフォーママ企画 10:30~11:45 ~大塚製菓(株)出前講座~	8 ベビーマッサージ 10:30~11:45 (参加費300円 定員10組)	9	10 外あそびの日 10:30~11:45 ~清音ふれあい広場~	11 お休み
12 お休み	13 お休み (体育の日)	14 ファーストデイ 10:30~11:45 ~ようこそ広場へ~	15	16 子育て講座 10:30~11:45 ~パパの気持ちママの気持ち~	17 ◎	18 お休み (プレママ)
19 お休み	20	21 外あそびの日 10:30~11:45 ~常盤公園~	22	23 赤ちゃんタイム ☆ 10:00~12:00	24	25 お休み
26 お休み	27	28 ☆ はッピーハロウィン 10:30~11:45 ~英語で遊ぼう~	29 外あそびの日 10:30~11:45 ~すもうとり山公園~	30 ☆	31 	

☆=(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
(10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
 ・持ってくる物: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)~常盤公園で遊ぼう♪~
 ・集合:常盤公園内の時計台付近
 ・持ってくる物:お茶 帽子 レジャーシートなど
 ※どんな遊具が体験できるかな♪

(29日)~すもうとり山公園で遊ぼう♪~
 ・持ってくる物:お茶 帽子など
 ※天候により、変更・中止する場合があります。



♪プレママタイム♪(歯科支援プログラム)
・日時:10月18日(土)13:00~
 ・場所:総社市保健センター
 ・対象:妊産婦とその家族
 ・持ってくる物:親子手帳
 ・内容:沐浴やマタニティーヨガ、ベビーサインなど
 いろいろ体験できちゃうよ♪



♪子育て講座♪(16日)10:30~11:45
 ~パパのきもち♡ママのきもち~プログラム
 ・定員:10組 ・申込受付中
 ※あなたのパパは育メンですか? パパにも育児を理解してもらえようみんなで一緒に考えていくプログラムです。
 お子さんと一緒に参加できますので、気軽にご参加くださいな。


♪アラフォーママ企画♪(7日)10:30~11:45
 女性の健康で注目したいのは『女性ホルモン』の変化です。
 みんなで一緒にお話を聴きながら、自分の健康について考えてみませんか?
 ・予約受付中(当日受付もできます)
 ※大塚製菓(株)の方がひろばで「女性の健康について」出前講座をしてくれます。
 ※定員はありませんが資料準備の都合上、予約をお願いします。

♪赤ちゃんタイム♪(23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 バスタオル お茶など
 ・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♪
 ママは産後ピクスでリフレッシュ&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♪(14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♪

♪お話ボランティア♪(日程調整中)11:15頃~
 地域のボランティアさんが
 絵本の読み聞かせや童歌を紹介してくれるよ♪
 ※日程が決まり次第、HP などでお知らせします。

♪はッピーハロウィン♪(28日)~英語で遊ぼう~
 ・定員:15組 ・参加費:100円
 ・10月14日~申込受付開始
 ※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!!
 ※ハロウィンの仮装をして、みんな集まれ~♪(普段着でもOK)



♪ベビーマッサージ♪(8日)10:30~11:45
 (受付10:00~)
 ・対象:0歳の赤ちゃん和妈妈 ・定員:10組
 ・参加費:300円(オイル代含む)
 ・申込受付中(電話申込OK)
 オイルを使ったマッサージで、ママも赤ちゃんもリラックス♪
 ※ベビーマッサージは別室で行ないます。
 ※広場はいつも通り遊べます。

