



【カンガルーひろば】

広場に助産師さん、保健師さんがいて下さり、
妊娠期からの相談ができます。
お気軽にご利用ください。

♪こっこ 毎月第3木曜日

午後13時～16時

♪びよこっこ 毎月第2土曜日

午後13時～16時

(変更になる場合もあります。

毎月のおたよりでご確認ください。)

【ふれふれパーク】(2日)10:30～13:00

場所:ふれあい亭前

持ち物:おにぎり、飲み物、着替えなど

今月のふれふれパークはやきやきパーティー♪

焼きたい食材があれば持ってきてくださいね。

【こっこ】♪血糖値測定してみよう♪(21日)13:30～

そうじゃ健康マイポイント事業の一つを広場でしてく
ださいます。血糖値を測ったり食事の摂り方につ
て考えてみましょう。

※そうじゃ健康マイポイントの台紙をおもちの方は
ご持参くださいね。



【こっこ】お芋パーティー(28日)10:30～

※参加費100円

持ち物:お皿、飲み物、マイ箸、スプーンなど

※親子で楽しむ音楽会(27日)(県立大学)

11:00～12:10 ※チケット必要(1座席500円)

びよこっこ・市役所 子ども課・きよね夢

てらすでチケットを販売しています。

ぜひ、オーケストラの生演奏を鑑賞してください。

♡ママのための“癒し”コラム♡

～我が子は心の鏡～

目の前の我が子は誰よりもまっすぐにあなたの心を映し出
します。

“あんなにワガママじゃない”？

“あんな風にすねたりしない”？

そんなふうに思うとしたら心の傷がうすいているのかも。
すべてをコントロールして「私が正しいのよ!」と言いた
くなくなっていませんか？

傲慢な自分に気づいたら自分の心の奥の傷に向かい合う時
です。

「私の話を少しは聴いてほしかったのよね。理解された
かったよね。」と、しっかりと自分の心と対話してあげま
しょう。

弱さを認めることは怖いことではありません。ごまかした
り逃げることをやめてみましょう。自分の弱さを認めると
不思議なほど心は穏やかになるものです。

すべての答えは自分の中。

あなたがあなた自身を一番理解し尊重してあげて下さい。

お 願 い

なかよし広場「こっこ」「びよこっこ」子育てカレッジ「チュッピーひろば」では、各行事を開催している時間は、その行事の対象者の
参加を優先させていただき、対象外の方は入室を控えていただく場合があります。行事に関わらず「こっこ」は、ホールや外の砂場、
「チュッピーひろば」は、外のスペースではご自由に遊んでいただくことができますのでご利用ください。

朝9時の時点で警報が発令している場合は、広場はお休みになります。その日の行事もすべて中止になります。ご協力をよろしくお願いいたします。

＜こっこ＞の毎月ある行事

同級生タイム

同じ年に生まれた子とその保護者が集い、親子で友達作りができたり、
同級生ならではの話題や悩み事をお話しながら交流する場です。

☆以下のように同級生を設定しています。

2・3才児 (平成25年4月2日～26年4月1日生まれの子)

1・2才児 (平成26年4月2日～27年4月1日生まれの子)

0・1才児 (平成27年4月2日～)

赤ちゃんタイム【第3木曜日午前】※1才未満の赤ちゃんとその保護者が対象です。

親子ふれあい体操(赤ちゃんは裸になります)、産後ピクス(ママは動きやすい
服装で来て下さい)など、内容が盛りだくさんです。

(注意) 赤ちゃんタイムは好評につき、こっこかちびっこ広場のどちらか
月1回の参加とさせていただきます。

※バスタオル・お茶・母子健康手帳持ってきてください。

フレママタイム【第4水曜日午前】*午後休み ※妊婦さんとその家族が対象で

マタニティピクスまたはヨガや、助産師による産前産後の話など、
健康なマタニティライフから 安産、産後の体作りがサポートできる内容になって
います。妊娠中からのママ同士の交流が赤ちゃんが生まれてからもずっと続く出会いの
場になるといいなと思います。

(注意) ・動きやすい服装で来て下さい。

・体操(ピクスまたはヨガ)は10時から始まります。

・体操には、自己管理のもとくれぐれも無理のない範囲でのご参加を

お願いします。当日は参加にあたり助産師が問診チェックを行い、
了承のうえ同意書に記入していただきます。

※母子健康手帳を持ってきて下さい。

今月は「お産の準備」です。



＜こっことびよこっこ＞の毎月ある行事

初めましての日

広場へ行ってみたいけど最初の一步がなかなか出せない・・・という人。

広場を初めて利用する人同士が集う場です。気軽に遊びに来て下さいね。

広場へ来る時は、みなさん勇気を出しドキドキしながら来られます。

この時間だけは、広場初心者(利用回数1,2回程度の人)のみの利用と
させていただきます。

読み聞かせタイム

総社市立図書館の司書さんが来て、絵本や紙芝居の読み聞かせ、
エプロンシアターなどをしてくれます。



＜びよこっこ＞の毎月ある行事

フレママ&パパタイム～両親学級～【第2土曜日午前】

実際に赤ちゃんを抱っこしたり、人形を使って沐浴をしたり、赤ちゃんが
生まれてから困らないような様々な体験ができます。妊婦さんお一人でのご参加も
大歓迎です。

※親子手帳を持ってきてください。

☆年間の予定内容は以下の通りです。

9月10日 2月18日 「実際に赤ちゃんにふれてみよう」～おむつ交換から着替えまで～

4月8日 3月11日 「赤ちゃんをお風呂に入れてみよう」

6月11日 11月12日 「赤ちゃんの物って何が必要?実際に触れてみよう」

7月9日 12月10日 「お産の時 お父さんは何をやる?」

8月6日 1月14日 「お産後のママの体と赤ちゃんとの生活」

双子ちゃんタイム【第4土曜日】

双子ちゃんならではの子育てエピソードや悩み事などを語り合う

アットホームな広場です。先輩双子ちゃんママが遊びに来てアドバイスをし
てくださることもあります。お腹に双子ちゃんがいるフレママも大歓迎です。

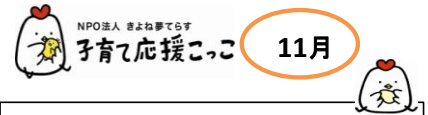
赤ちゃんの広場

1才未満の赤ちゃんとその保護者が集って、ゆったり遊べる時間です。

赤ちゃんの広場では、1才未満の赤ちゃんとその家族が集い、ゆったりと過ごせる
『空間』をご提供します。利用者さん同士でしっかりと交流してもらえよう、特別行事の
設定はしていませんので、おしゃべりをしながら楽しい時間を過ごしてください。
時間内は出入り自由です。気軽に遊びに来て下さいね。



11月の予定	なかよし広場こっこ (きよね夢でらす内) 0866-92-0355 (お問い合わせは、広場が開いている 時間内をお願いします。)	なかよし広場びよこっこ (天満屋ハイパータウンリブ総店内) 0866-31-7686 (FAX兼)	子育てカレッジ チュッピーひろば (岡山県立大学内)	ふれふれパーク (清音ふれあい 広場)
1日(火)		読み聞かせタイム 11:40~(20分程度)		
2日(水)	休み		OPEN	OPEN
3日(木)	休み	休み		
4日(金)	2・3才児同級生タイム 10:00~11:30			
5日(土)	休み	☆ 新米パパママタイム 10:00~12:00		
6日(日)	休み	休み	パパデー ※県大祭	
7日(月)	離乳食教室(5組予約制) 10:00~13:00	初めましての日 10:00~12:00		
8日(火)			OPEN	
9日(水)	休み	休み		
10日(木)	こっこショップ(ミニ) 10:00~12:00			
11日(金)	0・1才児と0才児同級生タイム 10:30~11:30			
12日(土)	休み	◎ プレママ&パパタイム(10時~12時) カンガルーひろば(13時~)		
13日(日)	休み	休み		
14日(月)	アレルギー教室 10:00~13:00			
15日(火)	読み聞かせタイム 11:40頃~(20分程度)			
16日(水)	休み		OPEN	
17日(木)	◎ 赤ちゃんタイム(9時半~12時) カンガルーひろば(13時~)			
18日(金)	1・2才児同級生タイム 10:30~11:30	赤ちゃん広場 14:00~16:30		
19日(土)	休み			
20日(日)	休み	休み		
21日(月)	血糖値測定 13:30~			
22日(火)	初めましての日 10:00~12:00			
23日(水)	休み	休み		
24日(木)				
25日(金)				
26日(土)	休み	☆ 双子ちゃんタイム 10:00~12:00		
27日(日)	休み	休み	音楽会 11:00 ~12:10	
28日(月)	お芋パーティー 10:30~12:00			
29日(火)		歯科相談 10:15~12:00		
30日(水)	☆ プレママタイム 9:30~12:00 ※午後休み		OPEN	



**パパデー(県大祭)体育館1階アリーナ
(6日) 10:00~13:00**
 今月のパパデーは県大祭です。
 久しぶりにパパも大学で楽しんでみませんか?
※こっこはお休みです。

**【こっこ】10:00~13:00
離乳食教室(7日)
アレルギー食教室(14日) ※各5組予約制**
 栄養士のスタッフと一緒に作ります。調理後は、親子で試食をします。
 材料代300円(おつりがいらないように)エプロン、三角巾、マイ食器、お茶を持ってきてください。
 参加は、一人1回、生後5カ月からです。
※予約はびよこっこ(0866-31-7686)へお願いします。

【こっこ】2・3才同級生タイム(4日)
 今月は、毎年恒例になっているさつま芋掘りに出かけます。地域の方の畑をお借りして、春に植えたさつま芋が収穫の時期を迎えたので、みなでお芋を収穫しましょう。たくさんお芋ができているといいですね。
 10時にこっこに集合して車で畑まで行きます。親子共、汚れてもよい服装で長靴・軍手・スコップを用意して来られることをおすすめします。
※参加費:1家族100円(お芋のお土産付)

【こっこ】同級生タイム10:30~11:30
 同級生タイムは、親子の交流が広がることを目的に、各年齢(学年)月1回開催しています。同じ年の子どもとその保護者が集えば、子どもの成長や困りごとについて共感し合えて、より交流が深まるのではないかと思います。
 親子での交流のきっかけとなるようその月に合わせた簡単な内容の遊びなどを企画していますが、参加した皆さんがしっかりと交流できることが、同級生タイムの一番の目的です。ママたちから出たアイデアがあれば、スタッフにどんどん教えてください。
《同級生タイムの年齢分け》
 * 2・3才児
 (平成25年4月2日~26年4月1日生まれ)
 * 1・2才児
 (平成26年4月2日~27年4月1日生まれ)
 * 0・1才児
 (平成27年4月2日~)

**【びよこっこ】
新米パパ&ママタイム(5日)10:00~12:00**
 生後3か月頃から1歳未満の赤ちゃんパパママが対象です。両親学級などで体験していた育児も、実際に子育てをしてみるといろいろと困りごとが出てきている方も少なくないと思います。
 ぜひ広場へ来て育児の不安や疑問をお話ししてください。助産師が分かりやすく楽しくお答えします。
 赤ちゃんパパママみなさんと遊びに来て下さいね。

**【びよこっこ】
歯科相談(29日)10:15~12:00**
 歯科衛生士さんが相談にのって下さいます。歯について困っている事、不安に思うことなどお気軽に聞いてみてください。

☆=午前 ★=午後 ◎=1日 は、助産師が広場にいる印です。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。)