



日	月	火	水	木	金	土
1 お休み (元旦)	2 お休み	3 お休み	4 外あそびの日 10:30~11:45 ~御寺神社へ初詣~	5 お休み	6	7 お休み
8 お休み	9 お休み (成人の日)	10 プレママタイム☆ 10:00~11:45	11	12	13	14 お休み
15 お休み	16 親子体操 10:30~11:45 (対象1歳 定員15組)	17	18	19 ファーストデイ 10:30~11:45 ~ようこそ広場へ~	20 外あそびの日 10:00~11:45 ~昔遊びを楽しもう~	21 お休み
22 お休み	23	24	25	26 赤ちゃんタイム☆ 10:00~12:00 カンガルー広場(助産師) 13:00~16:00	27	28 お休み
29 お休み	30 外あそびの日 10:30~11:45 ~すもうとり山公園~	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

(4日) ~御寺神社へ初詣に行こう♪~

- ・持ってくる物：お正月に残ったお餅(あれば) 防寒着  
マイお椀 マイ箸 お茶 帽子 など
- ★初詣へ行った後は、ぜんざいでホッと一息★
- ※アレルギー対応はしていません。

## (20日) ~昔遊びを楽しもう♪~

- ★おじいちゃん先生と一緒に  
割り箸てっぽうを作って遊ぼう!★
- ・時間：10:00~11:45
- ・予約受付中(電話予約可)
- ・持ってくる物：割り箸3膳 防寒着 お茶 帽子 など
- ※当日参加も可能ですが、材料準備のため予約をお願いします。



## (30日) ~すもうとり山公園へ行こう♪~

- ・持ってくる物：防寒着 お茶 帽子 など

## ♪ベビーマッサージ♪ (11日) 10:30~ (10:00~受付)

- ・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) ・要予約
- ・持ってくる物：バスタオル 着替え お茶 など
- ※ベビーマッサージは別室で行います。

## ♪親子体操(1歳)♪ (16日) 10:30~11:45

- ・定員：15組 ・対象：1歳親子
- ・予約受付中(電話予約可)
- ・持ってくる物：お茶 タオル 着替えなど
- ☆親子ともに、動きやすい服装で来てくださいね。

## ♪プレママタイム♪ (10日)

- ・対象：妊産婦とその家族
- ・内容：『おっぱいの手入れについて』
- ・持ってくる物：親子手帳
- ~妊婦さん同士で楽しく一緒におしゃべりしましょう♪~

## ♪赤ちゃんタイム♪ (26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
- ・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!!
- ※ママは動きやすい服装でご参加下さい。

## ♪ファーストデイ♪ (19日)

~広場に行くのはちょっと不安な方も、初めての方  
同士なら安心して話せるかも...ようこそ広場へ♪~

## ♪雪舟文庫♪ (11日) 13:30~14:00

- ・市の巡回図書館がやってくるよ。

## ♪カンガルー広場♪

(26日) 13:00~16:00 助産師さんの日  
~広場に助産師さん・保健師さんが来てくれます☆  
気軽にお話や相談が出来ますよ♪~



## ♪お知らせ♪

★1月の広場は4日(水)から開いています♪

