



日	月	火	水	木	金	土
2 お休み	3 外あそびの日 10:30~11:45 ~プール開き~	4	5	6 お休み	7 おいでよ赤ちゃん 10:00~12:00 場所:山手ふれあいセンター	1 お休み お休み 8
9 お休み	10 水あそびの日 10:30~11:45 (対象 0歳)	11 プレママタイム☆ 10:00~12:00	12	13 アラフォーママ 10:30~11:30	14	15 お休み
16 お休み	17 お休み 海の日	18 カンガルー広場★ 13:00~16:00	19 お話のじかん 13:00頃~	20 ファーストデイ 10:30~11:45 ~ようこそ広場へ~	21	22 お休み
23 お休み	24	25 水あそびの日 10:30~11:45 (対象指定なし)	26	27 赤ちゃんタイム☆ 10:00~12:00	28	29 お休み
30 お休み	31 子育て座談会 10:00~11:30 トイレトレーニング					



☆=(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) ~プール開き♪
(10日) ~水あそび(0歳さん)♪
(25日) ~水あそび♪



・持ってくる物:水あそび用紙パンツ バスタオル
水着 着替え お茶 など
☆いよいよプール(水あそび)が始まるよ♪
お互い体調管理に気をつけて、水あそびを楽しみましょう☆
※天候により、中止する場合があります。
※プール開き後は、水あそび以外の日もプールに入れます。
みんなで協力して、準備・片付けをお願いします。

♪ベビーマッサージ♪ (12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(電話予約可)
・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。

♪子育て座談会♪ (31日) 10:00~11:30

・内容:トイレトレーニング 予約受付中(電話申込可)
~トイレトレーニンググッズで
おすすめのものがありましたら、ご紹介くださいな~
☆夏の間レッツ・トライ!トイレトレーニングのヒントを
みんなで話し合ってみませんか?

♪おいでよ赤ちゃん♪ (7日) 10:00~12:00

~今回は『離乳食』の調理と試食♪管理栄養士さんと一緒に
離乳食を作って試食をしながらお話してみよう!~
・参加費:200円 定員:10組程度
・場所:山手ふれあいセンター
・持ち物:食器 スプーン など
※アレルギー対応はしていません ☆広場はいつも通り遊べます♪

♪アラフォーママ集まれ♪ (13日) 10:30~11:30

~アラフォーママさんで集まって
みんなで楽しくおしゃべりしましょう♪~

♪プレママタイム♪ (11日)

・対象:妊産婦とその家族
・内容:『分娩リハーサル』
・持ってくる物:親手帳
~妊婦さん同士で楽しく一緒におしゃべりしましょう♪
母子保健コーディネーターさんも来てくれるので
気軽に相談やお話もできますよ☆~



♪赤ちゃんタイム♪ (27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♪ (20日)

~広場に行くのはちょっと不安...初めての方や久しぶりの方
同士なら安心してお話できるかも...ようこそ広場へ♪~

♪雪舟文庫♪ (5日) 13:30~14:00

・市の巡回図書館がやってくるよ!

♪お話のじかん♪ (19日) 13:00頃~

~絵本や手遊び・エプロンシアターなど
親子で『お話のじかん』を楽しみましょう♪~

♪カンガルー広場♪

(18日) 13:00~16:00
☆母子保健コーディネーターさんと助産師さんが広場に
来てくれます。気軽に計測やお話が出来ますよ♪

♪お知らせ♪

※NP (ナビティーズ・ポイント) プログラム開催期間中、
7月4日・11日の午前中は、山手保健センター内で
ボランティアさんによる託児を行っています。
ご理解・ご協力をよろしくお願い致します。

