

8月の予定	なかよし広場こっこ (きよね夢てらす内) 9:30~16:00 0866-92-0355 (お問い合わせは、広場が開いている 時間内でお願ひします。)	なかよし広場びよこっこ (天満屋ハッピータウンリブ総社店内) 10:00~16:30 0866-31-7686 (FAX兼)	子育てカレッジ チュッピーひろば (岡山県立大内) 10:00 ~15:00	ふれふれパーク (清音ふれあい 広場) 10:30 ~13:00
1日 (火)		読み聞かせタイム 11:00~(20分程度)	OPEN	
2日 (水)	休み			OPEN
3日 (木)	ママの為の体ほぐし講座 10:30~11:30		OPEN	
4日 (金)	★ 2・3才児同級生タイム10:30~11:30 カンガルー広場13:00~16:00			
5日 (土)	休み			
6日 (日)	パパデー 9:30~12:30※午後休み	休み		
7日 (月)		乳幼児期の食育講座 10:30~12:00		
8日 (火)		初めましての日 10:00~12:00	OPEN	
9日 (水)	休み	休み		
10日 (木)				
11日 (金)	休み	休み		
12日 (土)	休み	◎ プレママ&パパタイム(10時~12時) カンガルー広場(13時~16時半)		
13日 (日)	休み	休み		
14日 (月)	休み			
15日 (火)	休み			
16日 (水)	休み			
17日 (木)	☆ 赤ちゃんタイム 10:00~12:00			
18日 (金)	1・2才児同級生タイム 10:30~11:30			
19日 (土)	休み			
20日 (日)	休み	休み		
21日 (月)	離乳食教室(5組予約制) 10:00~13:00		OPEN	
22日 (火)				
23日 (水)	☆ プレママタイム 10:00~12:00 ※午後休み		OPEN	
24日 (木)		赤ちゃんの広場 14:00~16:30		
25日 (金)	0・1才児同級生タイム 10:30~11:30			
26日 (土)	休み	☆ 双子ちゃんタイム 10:00~12:00		
27日 (日)	休み	休み		
28日 (月)	初めましての日 10:00~12:00		OPEN	
29日 (火)				
30日 (水)	休み		OPEN	
31日 (木)				



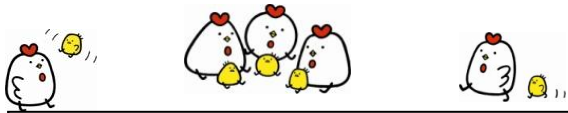
【ふれふれパーク】(2日)※雨天中止
10:30~13:00
「親子で水遊び&そうめん流し」
6月~8月は遊水広場で開催します。
水遊びシーズン到来!
親子で水遊びを楽しみましょう♪
持ち物: 食器、お箸、飲み物、水着、
タオル、着替え、
遊水広場の掃除をしたいと思ひます。デッキブラシ
があればを持ってきて下さいね♪
参加費: 1家族300円
場所: 清音ふるさとふれあい広場(遊水広場)
※天候不良による中止の場合はホームページと
フェイスブックに掲載します。

【こっこ】
離乳食教室(21日)
10:00~13:00
※5組予約制
管理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(おつりがいらぬように)
エプロン、三角巾、マイ食器、手拭き用タオル、
お茶を持ってきてください。
参加は、1人1回、生後5カ月からです。
(定員に満たぬ場合は2回目以降の方も参
加して頂けます。)
※予約はびよこっこ(0866-31-7686)
へお願ひします。

【びよこっこ】
乳幼児期の食育講座(7日)
~食品表示を見てみよう~
10:30~12:00
やすくて便利な加工食品。日頃の食事やおやつ
には欠かせないですね。
みなさんは、加工食品のパッケージの裏表示は
みたことはありませんか?
裏表示にはその加工食品を作るために使われた
材料が記載されています。
実際に、パッケージの裏側を見ながら、加工食
品のかしこい選び方、利用の仕方をおまかせ
ませんか?
 ※気になる加工食品のパッケージがあれば持参し
てくださいね。
※予約は不要です。
管理栄養士のスタッフによる講座です。
お気軽にご参加ください。

【こっこ】
ママの為のからだほぐし講座(3日)
10:30~11:30
日頃子育てを頑張っている自分の体を見
つめなおしてみませんか?
お子さんと一緒に参加して頂けます。
運動のできる服装で来て下さいね。
*予約は不要です。





【こっこ】
 今月の同級生タイムは水遊びをします。
 水遊びの準備をして遊びに来て下さいね。
 持ち物：水着（水遊び用紙パンツ）・タオル・お茶

水遊びについて
 8月のお天気の良い日には、こっことチュッピーひろばで水遊びができます。水遊びをしたい時には、スタッフに声をかけてください。
 ※水着（水遊び用紙パンツ）、タオル、お茶を用意してください。
 オムツがとれていないお子さんは、必ず水遊び用紙パンツを着用してください。
 ※水遊びをする時は、お子さんの体調に十分気をつけてください。とびひなど伝染性の病気を発症している時は、水遊びはできません。
 よろしくお祈りします。また、行事が入っている時間は、水遊びができないこともあります。お子さんが楽しく安全に遊ぶことができるようご協力をよろしくお願い致します。

【県大チュッピーひろば】
 アートパフォーマンス 3日（木）13：30開演
 場所：岡山県立大学リズムダンス室
 （共通棟西2階5201教室）
 学生さんの劇やうたやダンスなどを見に来て下さいね♪
 上のお子さんの参加も大丈夫です。

【びよこっこ】
 双子ちゃんタイム（26日）10：00～12：00
 ほっとー息♪ランチタイム（予約制）
 ※ランチタイムは予約制です。
 ※持ち物：お茶、着替え（必要に応じて）
 ※お子様の託児があります。持ち物には名前をご記入ください。
 ※予約はびよこっこ（0866-31-7686）へお願いします。

【ママの為の癒しコラム】
 ～自分の心の声を大切に～
 なんだかうまくいかない、モヤモヤする、誰かに腹が立ってしょうがない、そんなときはそのままの気持ちを否定せずに丁寧に自分の気持ちに寄り添ってみましょう。美味しいものを食べて大好きな香りに包まれてゆったりと入浴してぐっすり眠りましょう。時間がなくてできないときには10分だけでも意識して自分の為の時間を過ごしてみるといいですよ。
 自分を自分で満たせるようになる（自分のご機嫌を自分で取れるようになる）と、満たされて溢れた部分で相手を満たしてあげることもできるようになってきます。
 今の自分が心から求めていることに目を向けて一つずつかなえてあげられるといいですね♪



＜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26年4月2日～27年4月1日生まれの子）
 1・2才児 （平成27年4月2日～28年4月1日生まれの子）
 0・1才児 （平成28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・親子（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す。

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 産産、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、自己管理のもの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。
 ※親子（母子）健康手帳を持ってきて下さい。
 今月は「オムツ交換を体験しよう」についてです。



＜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様々な体験ができます。妊婦さん一人でのご参加も大歓迎です。

※親子（母子）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9日	2月10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
10月14日	3月10日	「赤ちゃんをお風呂に入れてみよう」
11月11日		「赤ちゃんの物って何が必要？実際に触れてみよう」
12月9日		「お産の時 お父さんは何を？」
8月12日	1月13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交流してもらえるよう、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。



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致します。