



日	月	火	水	木	金	土
				1 お休み	2 おひな様を作ろう 10:00~11:00 (参加費100円/1個)	3 お休み
4 お休み	5	6 幼稚園ママとの交流会 10:00~11:00	7	8	9	10 お休み
11 山手健康福祉フェア	12	13 プレママタイム ☆ 10:00~12:00	14	15 ファーストデイ 10:30~11:45 ~ようこそ広場へ~	16 外あそびの日 10:30~11:45 ~すもうとり山公園~	17 お休み
18 お休み	19 性教育 part4 10:00~11:45	20 カンガルー広場★ 13:00~16:00	21 お休み (春分の日)	22 赤ちゃんタイム☆ 10:00~12:00	23	24 お休み
25 お休み	26	27 外あそびの日 10:30~自由解散 ~サンロード吉備路~	28 お話のじかん 11:30頃~	29	30	31 お休み

☆=(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  
(16日) ~すもうとり山公園で遊ぼう♪~  
★集合 ちびっこひろば



(27日) ~サンロード吉備路を散策しよう♪~  
★集合 サンロード吉備路の中庭広場

タンチョウも見えるよ♪

♪おひな様を作ろう♪ (2日)  
・受付時間: 10:00~11:00 ・参加費: 100円/1個  
☆男の子も女の子もみんなで一緒にひなまつりを楽しもう♪  
☆栄養士さんが桃の節句のお話もしてくれるよ!  
栄養相談もできます☆

♪ベビーマッサージ♪ (7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: パスタオル 着替え お茶など  
※ベビーマッサージは別室で行います。



♪赤ちゃんサロン♪ (5日・12日両日参加できる方)  
・受付: 9:45~ ・開始: 10:00~11:45  
・対象: 0歳の赤ちゃん和妈妈 ・定員: 10組 ・要予約  
・参加費: 350円 (両日のテキスト代・お茶代)  
~0歳の赤ちゃんに大切な事、みんなで楽しくお話ししよう♪~

♪カンガルー広場♪ (20日) 13:00~16:00  
助産師さんや母子保健コーディネーターさんに、妊娠中のこと、おっぱいや赤ちゃんのことも気軽に相談できますよ☆

♪性教育 乳幼児編 part4♪ (19日) 10:00~11:45  
・予約受付中 (当日受付もできます)  
※今年度最後の性教育は、特に入園前のお子さんを対象に助産師さんが大切なお話をしてくれます。  
お子さんと一緒に聞いてみませんか?

♪プレママタイム♪ (13日)

・対象: 妊産中の方とその家族  
これから妊娠を希望している方  
・内容: 『食事と体重管理について』  
・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♪  
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☆~

ベビーラックなど  
赤ちゃんグッズの  
貸し出しもあります♪  
ご予約ください☆



♪赤ちゃんタイム♪ (22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 パスタオル 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!!  
※ママは動きやすい服装でご参加下さいね。

♪ファーストデイ♪ (15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  
となら安心してお話できるかも~ようこそ広場へ♪~

♪雪舟文庫♪ (7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♪ (28日) 11:30頃~

~わらべ歌や絵本などお話のじかんを楽しみましょう♪~

♪幼稚園ママとの交流会♪ (6日)

・時間: 10:00~11:00  
☆これから幼稚園へ行くみんなおいでよ!  
幼稚園の先輩ママさん達と楽しくおしゃべりしませんか?

♪山手健康福祉フェア♪

~出張ひろばに遊びにおいで♪~  
・日時: 3月11日(日) 10:00~14:00  
・場所: 山手公民館(第2・第3和室)  
☆吉備路大鍋(豚汁) やその他盛りたくさん!!

