



# スケジュール表

## ～子育て支援センターおもいきいひろば～

《開所時間》 10:00～12:00 13:00～16:00(12:00～13:00までは、お昼休憩のため閉所します)  
 《開所曜日》 火～日(月曜日はお休みです)  
 《お問合せ》 088-855-7310

月	火	水	木	金	土	日
	1 緑地開放	2	3	4	5	6
7 休み	8 緑地開放	9 育児相談 (助産師)	10	11 よちよちランド	12	13
14 スポーツの日 休み	15 緑地開放	16 製作イベント	17	18 育児相談 (歯科衛生士)	19	20
21 休み	22 産後の ママストレッチ	23	24	25 英語で あそぼう	26	27
28 休み	29 誕生会& お楽しみ会	30	31			

# 緑地開放

毎週火曜日 11:00~12:00

おもいきりひろばの裏にある緑地を毎週火曜日、少しの時間ですが、開放しています。

※11時半~お弁当も食べられますよ!

※22日はイベントの為中止です



# 《よちよちランド》10月11日(金) 10:30~11:15

高知市が実施している「よちよちランド」を行います!

絵本と出会うきっかけとして絵本を一冊プレゼントしています!



【絵本の引換期限】

1歳のお誕生日までの交換になります。

高知市より発行された引換券を持参して下さい。

※引換券をお持ちでない方は高知市子ども育成課にお問い合わせください。

# 製作イベント 10月16日(水)

開所時間中

## ~手形アート~

※要予約 12組まで

10月31日はハロウィン🎃

おぼけをモチーフにした

手形アートを作いませんか?



当日は混雑が予想されるため、  
事前に手形を取りに来て下さいね!



# 産後のママストレッチ

10月22日(火)  
10:30~11:30

生後2ヶ月からの赤ちゃん和妈妈のストレッチ  
赤ちゃん和ゆったりコミュニケーションを取りながら  
ママのリラックスタイム♪♪  
産後の身体を整えていきましょう。

※要予約 6組まで

対象 生後2ヶ月~7ヶ月の子どもさんとママ

持参物 バスタオル1枚、水分補給の飲み物



講師: 助産師 このは助産院 細川 真利

日本母子健康運動協会/産後運動指導士

\*産後のママストレッチ開催中は予約者のみの利用となります。

午後は通常通り、誰でも利用可能です。

# 英語であそぼう!

インストラクター: 富岡るい

毎月大好評の“英語レッスン”

おもいきりひろばでは、小さなお友だちでも英語に  
親しむことができるよう、先生が楽しくレッスンしてくれますよ♪



10月25日(金) 10:30~

お誕生会

と

お楽しみ会

お誕生日会とお楽しみ会を一緒に行います。

お誕生日のお友だちには手形誕生カードをプレゼント♪

前日までにスタッフまで申し出て下さいね!



10月29日(火) 11:00~



# 育児相談の日

日頃、困っていることや、ちょっと聞いてみたいこと  
どんな小さなことでも大丈夫。気軽に参加して下さいね。

助産師：このは助産院 細川 真利

10月9日(水) 10:00~12:00



**【大きくなったかな？（身体測定）もを行います！**  
\* 毎月の身長・体重の記録を残せるカードをお渡しします  
\* 身体測定だけでもOKです



妊婦さんも相談できます。

歯科衛生士：高知市母子保健課 小川 和花

10月18日(金) 10:30~12:00

子どもの歯磨きについて。お母さんから質問の多い内容を座談会形式で  
お話して頂きます！ その後は個別相談も出来ます。

