



子育て支援センターにしのみち

11月



KOSODATE_NISHINOMACHI

月	火	水	木	金
				1. 全日フリータイム ◎
4. お休み	5. サークル活動日 わんわんサークル 9:00~10:30 ちくちくサークル 10:30~11:45 プレママ・ プチママの集い 13:00~	6. 10/15 予約開始 ママの リフレッシュ講座 「毛糸のリース」 全日フリータイム ◎	7. 全日フリータイム ◎	8. 10/18 予約開始 「みんなで お散歩！」 全日フリータイム ◎
11. アルバム制作 全日フリータイム ◎	12. 10/22 予約開始 「みんなで あそぼ！」 ※午後フリータイム	13. 全日フリータイム ◎	14. ※午前フリータイム 13:00~ちくちく サークル活動日	15. 全日フリータイム ◎
18. アルバム制作 全日フリータイム ◎	19. 10/29 予約開始 10:00~ お誕生日会 全日フリータイム ◎	20. 全日フリータイム ◎	21. 全日フリータイム ◎	22. 11/1 予約開始 薬膳ミニ講座 「風邪対策ご飯」 ※午後フリータイム
25. アルバム制作 全日フリータイム ◎ 身体計測 25・26日	26. サークル活動日 いちごサークル 9:00~10:30 10:30~11:45 にゃんこの広場サークル ※午後フリータイム	27. 9:00~10:30 フィルハーモニー 練習 ※午後フリータイム	28. 全日フリータイム ◎	29. 11/7 予約開始 育児講座 「パパとママの ぼうさい講座」 ※午後フリータイム



11月5日(火)プレママ・プチママの集い(要予約・職員にお問い合わせ下さい)

対象：これから出産するプレママさん、1歳までの子育てをするママさん

時間：13:00~14:30

内容：ふれあい遊びや簡単なおもちゃ作り、お話しなど。ママ同士でおしゃべりしながら楽しく過ごしませんか？



プレママ・プチママの集いってどんなことしているの？

妊娠期の方と1歳までの子育てをするママが集い、子育て中の悩みのあれこれを話したり、手作りおもちゃを作ったり、子育て情報を交換しています。親子さんの繋がりを深めて、仲間作りのお手伝いが出来たらと思います。午後からなので、ゆったりと過ごせます。是非ご参加下さいね。

11月8日(金)みんなで散歩(要予約)

① 9:30~ 10組 ② 10:30~ 10組

ふれあいセンターの芝生で、体を使って遊びましょう！水分補給するもの、レジャーシートとおやつ(お弁当でも可)をお持ちください。

※雨天中止ですが、支援センターで遊べます。



11月22日(金)薬膳ミニ講座「風邪対策ご飯」

(要予約)8組

- ・講師：早紀先生
- ・時間：10:00~11:00
- ・内容：薬膳ってなに？という事と薬膳的に風邪をひきにくい身体作りのポイントを簡単に学び自宅でも簡単に作れる薬膳ごはん「ブロッコリーと山芋のポタージュ」を試食します
- ・持ち物：ポタージュを入れるお椀、スプーン、エプロン、お手拭き、お茶か水
- ・参加費：100円

11月6日(水)ママのリフレッシュ講座

「毛糸のリース」(要予約)

講師：宮本つかさ先生

秋色リースをお部屋に飾りませんか。



- ① 9:30~ 5組
- ② 10:15~ 5組

※初回の方優先です。

11月12日(火)みんなであそぼ(要予約)

① 9:30~ 8組(未歩行)

② 10:30~ 8組(独歩)

みんなで歌や手遊びを楽しみましょう！

会が終わったら①の方は10:20まで

②の方は11:20まで自由遊びの時間です。



11月29日(金)「パパとママのぼうさい講座」

10組(要予約) 10:00~11:00(9:50集合)

西尾市の危機管理課職員さんに来ていただきます。

「小さい子をもつパパとママに必要な備えや防災の知識」を学べます。AEDや心肺蘇生法の実践や乳幼児のいる家庭が準備すべき備蓄品や非常持ち出し品、今日からできるローリングストック法、避難所生活のお話、子どもを連れて避難する方法などのお話が聞けます。質疑応答の時間もあります。最後に防災グッズポーチのお土産もありますよ。何度でも参加して、とっさの時に行動できるようにしましょう。リピーターさんの参加もできますので、是非申し込み下さい。

