

	月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4	5
9:30 ~12:30			10時30分~11時10分 フットサルコートと ボール遊び		10時~11時30分 栄養士さん相談日		
12:30 ~15:30							
9:30 ~12:30	6	7	8	9	10	11	12
9:30 ~12:30	予約外で 11時~12時 公園遊び	9時30分~12時30分 赤ちゃんの日	休館日 (スタッフ研修)	10時~11時30分 保育コンサルジュ訪問日	10時30分~11時 お誕生日会		
12:30 ~15:30	14時~14時30分 ママのストレッチ体操						
9:30 ~12:30	13	14	15	16	17	18	19
9:30 ~12:30	10時30分~10時45分 読み聞かせ			10時30分~11時 ママのストレッチ体操	10時~11時 保育士さんの親子あそびとお話		
12:30 ~15:30			13時30分~15時 栄養士さん相談日				
9:30 ~12:30	20	21	22	23	24	25	26
9:30 ~12:30	10時~11時 助産師さん相談日	予約外で 10時~11時30分 フットサルコートで 遊び		10時30分~11時30分 トーク&トーク			
12:30 ~15:30				14時~14時15分 読み聞かせ			
9:30 ~12:30	27	28	29	30			
9:30 ~12:30	季節の工作 (午前・午後)		10時~11時 歯の相談日	11時~11時30分 ベビーマッサージ			
12:30 ~15:30			(予約枠の時間内であれば、いつでも作成できます)				

ご利用予約



このマークがあるイベントは
予約方法が変わります
こちらより
お申込みください



	月	火	水	木	金	土	日
					1	2	3
9:30 ~12:30					10時~11時30分 栄養士さん相談日		
12:30 ~15:30							
9:30 ~12:30	4	5	6	7	8	9	10
9:30 ~12:30	予約外で 11時~12時 公園遊び	9時30分~12時30分 赤ちゃんの日	10時~11時 助産師さん相談日	10時30分~11時30分 子育てサポートシステム 説明会	10時30分~11時 お誕生日会		
12:30 ~15:30	14時~14時30分 ママのストレッチ体操						
9:30 ~12:30	11	12	13	14	15	16	17
9:30 ~12:30	10時30分~10時45分 読み聞かせ	予約外で 10時~11時30分 フットサルコートで 遊び	休館日 (スタッフ研修)	10時30分~11時30分 子育てパートナー訪問	10時~11時 保育士さんの親子あそびとお話		
12:30 ~15:30							
9:30 ~12:30	18	19	20	21	22	23	24
9:30 ~12:30	休館日 (海の日)	11時~11時30分 ベビーマッサージ	10時30分~11時30分 トーク&トーク	10時30分~11時 ママのストレッチ体操			
12:30 ~15:30			13時30分~15時 栄養士さん相談日		14時~14時15分 読み聞かせ		
9:30 ~12:30	25	26	27	28	29	30	31
9:30 ~12:30							
12:30 ~15:30	14時~15時 歯の相談日	季節の工作 (午前・午後)		(予約枠の時間内であれば、いつでも作成できます)			

お外で遊ぼう！！

フットサル場

6月21日(火)・7月12日(火)

10時~11時30分

金沢区大川3-1にあるフットサル場の人工芝の広々コートで
色々な大きさのボールやフラフープなど用意もあり、走りたい放題

公園で遊ぼう

6月6日(月)・7月4日(月) 11時~12時

ままのわマンション隣の益利谷第5公園と一緒に外遊び

スタッフも一緒にお子さんを見守ります。

予約なしで現地にそのままお越しください

トーク&トーク

お話のテーマは？

6月23日(木)「子育ての不安」

7月20日(水)「家族へのイライラ」

ママのためのストレッチ体操 『産後の骨盤、首・肩まわりのリセットストレッチ』

6月6日(月)・7月4日(月) 14時~14時30分

6月16日(木)・7月21日(木) 10時30分~11時

妊娠、出産、育児と休まる間もなく負担がかかった骨盤や首・肩まわりをリセットするストレッチの会です
日々の生活の合間に取り入れられる簡単な内容でストレッチ中はスタッフがお子さんを見守るのでご安心ください
ストレッチの効くような動きやすい服装でお越し下さいね

「くら整体院」の院長 倉石恭平先生に教えていただきます

おしえて！栄養士さん

今回は『つかみ食べ』

☆利用者さんからの相談☆



Q 離乳食をすすんで自分から手つかみ食べしてほしいです(7か月男児)

栄養 どのようなスタイルで食べていますか？

ママ ひざの上に抱えるように座らせて食べさせています

栄養 7~8ヶ月頃からは背もたれのある安定して座れるイスで食べると良いです
ひざの上ではズリ落ちたり、姿勢が悪くなり、飲み込みにくい場合があります

ママ どんなメニューが良いですか？

栄養 小さく切ったバナナ、おやき、一口おにぎり、やわらかく茹でた野菜スティック
赤ちゃんせんべい・赤ちゃんビスケットなどは実はベビースナックも良いです

ママ 手つかみ食べの成功の秘訣は？

栄養 ★空腹のときはチャンスです

★お手本と一緒に食べましょう

★「焦らず、急がず、イライラせず」汚れても良い準備を整えましょう

最初から出来なくて当たり前です。遊んだり、投げたり、つぶしたりは手つかみ食べの
第一歩です。「自分でたべることが出来た！」という嬉しさ、楽しさを学ぶことが、
これからの成長につながります。出来た時はたくさん褒めて、一緒に喜びを
分かち合いましょう

☆個々の成長に合った栄養相談を定期開催しているのでお気軽にどうぞ
開催日については「ままのわニュース」をご覧ください

☆通常の広場予約が必要になります

赤ちゃんの日

6月7日(火)・7月5日(火)



この日は1歳未満のお子さんがある方が優先の日です
慣れない子育てで日々変化の連続の赤ちゃんとの生活可愛いけれど、
大変なことも多いですよね同じぐらいの月齢の方と会えるとちょっと
ホッとしたり数か月先の予想が出来たりと良い交流ができますよ

10時30分~オンラインタッチケアもTVで観られます



保育士さんの親子遊びとお話



6月17日(金)・7月15日(金)

10時~11時

現役の保育士ママさんの親子遊びとお話の時間
手遊びやちょっとした工作をした後に保育士さんに聞きたいことを
当日質問してみよう！親子のコミュニケーションと保育士さんとお話
して心がポカポカHOTになる時間になるように楽しませて
くれますよ

ご利用時のお願い

◆毎朝、家族全員の健康チェックと検温、ご家族も含め、体調不良
の方がいる場合はご利用をご遠慮下さい。
※発熱(おとな37度・子ども37.5度)、咳、喉の痛み、鼻水、くしゃみ、
倦怠感などの症状がある方

◆体調不良により、保育園、幼稚園、職場をお休みされた場合は
ご利用をご遠慮下さい

◆マスクは不織布マスクの方が布マスクよりも効果があるといわ
れています。

◆人との距離を出来るだけ2m最低1mはあけましょう。ひろばで
は1m目安のラインがあります。

◆ひろば利用時におもちゃを口にしましたら使用後にアルコール
シートで拭いていただき所定の入れ物へお入れ下さい。

◆ひろば利用後2日以内に「PCR検査を受けることになった、また
は濃厚接触者に特定された」ことがありましたら、ひろばまで
ご連絡下さい。

新型コロナウイルス感染拡大防止の取り組みは
ホームページにて詳細をご確認ください

