

火

水

木

	4	5	6
午前	手形足形スタンプで11月の壁面制作 (1か月掲示して返却します♪)	★要予約 秋の育成牧場遠足♪ 10:00~12:30 (※雨天時は自由あそび)	「0歳からのわらべうた」 11:00~11:30 「ママカフェ」13:00~14:00 (お茶を飲みながらの情報交換会♪)
午後			
	11	12	13
午前	身体計測	★要予約(定員6組) ～初冬の手仕事～ ミングラスでミニリース作り 10:00~11:00	★要予約(定員6組) 「1歳からの親子ふれあい遊び」 10:00~11:00
午後	「ママカフェ」13:00~14:00 (お茶を飲みながらの情報交換会♪)	★要予約(定員1組) HUGのおへや 13:00~14:00	自由あそび
	18	19	20
午前	★要予約(定員8組) 職場復帰に向けた 心と体のケア講座 助産師 山中奈緒美先生 10:00~11:00	おさがり市 10:00~12:30	おさがり市 9:30~13:00
午後		★要予約(定員1組) HUGのおへや 13:00~14:00	「ママカフェ」13:00~14:00 (お茶を飲みながらの情報交換会♪)
	25	26	27
午前	★お誕生児の子は要予約 (その他自由参加) 10月&11月生まれのお誕生日会 10:30~11:00	★要予約(定員10組) こどもの育ちQ&A ～寝返りからあんよまで～ 作業療法士 濱砂友理先生 10:00~11:00	「はじめまして」の交流会 みなでお話ししませんか? 10:00~11:00
午後	「ママカフェ」13:00~14:00 (お茶を飲みながらの情報交換会♪)	★要予約(定員1組) HUGのおへや 13:00~14:00	自由あそび

～お知らせ & おねがい～

- ★の講座は予約制ですので、参加される方は、来所・公式LINEよりご予約をお願いします

★要予約 5日(水) 秋の遠足～育成牧場編(10:00~12:30) ※育成牧場駐車場：現地集合・解散
※持ち物：お弁当、水筒、帽子など
 育成牧場で遊んで、みなでお弁当を一緒に食べましょう♪
 雨天時は遠足は中止となり、センターでの自由遊びとなります。(前日or当日朝にインスタに掲載)

★要予約 18日(火) 助産師さんによる職場復帰にむけての心と体のケア(10:00~11:00) 定員8組
講師：助産師 山中奈緒美先生
 職場復帰に向けて、心と体のケアについてのお話。今までがんばってくれた自分をたくさん
 いたわってあげたいですね。個別質問の時間もあるので、お悩みにも寄り添ってもらえます★

19日(水) 20日(木) おさがり市
 お友だちのサイズアウトしたお洋服を次に繋げるおさがり市！サイズアウトしたお洋服のご提供は
 いつでも受け付けています。もちろん手ぶらでのご参加もOK！環境にやさしい暮らしをしたいですね♪

★要予約 26日(水) こどもの育ちQ&A～寝返りからあんよまで～(10:00~11:00) 定員10組
講師：作業療法士 濱砂友理先生
 作業療法士の先生にこどもの育ち・発達に関するお話をさせていただきます。最後には質疑応答では、
 「これってどうなの？」というみなさんのお悩みにお答えしていただきます！

当センターではお昼ご飯も食べられます！
 ぜひ、ご飯を持参して一緒にたべませんか？
 離乳食をスプーンジャーにいれたり、■だけでもOK！
 みんなのご飯風景を見ると参考になりますよ！
 昼食時間に決まりはないので、お気軽にご利用ください。

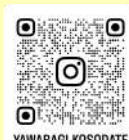
【HUGのおへや】水曜日の13時～14時に1組限定
 (公式LINEで予約制)の個別相談の時間を設けています。
※相談内容の秘密は守りますのでご安心下さい。
 ※ご予約が入っていない場合は、通常の14時までご利用ができます。
 インスタグラム等でお知らせしますので、ご確認ください

講座のご予約は来所・公式LINEからお受けします♪

お電話でのお問い合わせは開所時間内のみとなります。その他の時間は公式LINEからご連絡ください

【和保育園地域子育て支援センター】 令和7年11月発行

- ・住所：宮崎市小松237-11
- ・TEL：47-2200 (※お電話は開所時間内のみ※)
- ・利用日：火曜日・水曜日・木曜日(祝日は除く)
- ・利用時間：9:00～14:00



YAWARAGI.KOSODATE