



# 1月 ひよこルーム



明けましておめでとうございます。今年も子ども達の笑顔に心を癒されながら一緒に成長を見守っていきたいと思います。また遊びに来て下さいね。風邪などひかないように気を付けて過ごしましょう。

## 予定表

2023. 12. 25

|    | 月           | 火                           | 水               | 木        | 金              | 土          | 日  |
|----|-------------|-----------------------------|-----------------|----------|----------------|------------|----|
| AM | 1<br>年始のお休み | 2<br>年始のお休み                 | 3<br>年始のお休み     | 4<br>お家  | 5<br>お象        | 6          | 7  |
| PM |             |                             |                 | お象       | お象             |            |    |
| AM | 8 成人の日      | 9<br>計測日<br>お家              | 10<br>計測日<br>お象 | 11<br>お家 | 12 AM誕生会<br>お象 | 13         | 14 |
| PM |             | お象                          | お象              | 育児相談     | お象             |            |    |
| AM | 15<br>お象    | 16<br>お家                    | 17 ファミサポ<br>お象  | 18<br>お家 | 19<br>お象       | 20<br>パパの日 | 21 |
| PM | お象          | お象                          | お象              | 育児相談     | お象             |            |    |
| AM | 22<br>お象    | 23 子育て講座<br>(リカバリーヨガ)<br>お象 | 24<br>お象        | 25<br>お家 | 26<br>お象       | 27         | 28 |
| PM | お象          | お象                          | お象              | 育児相談     | お象             |            |    |
| AM | 29<br>お象    | 30<br>お家                    | 31<br>お象        |          |                |            |    |
| PM | お象          | お象                          | お象              |          |                |            |    |

AM: 9:30~12:00 PM: 12:00~14:30  
PMの「ひよこひろば」の日は12時~ランチタイムになります。(お昼ご飯を食べることができます。)ランチタイム終了後、午後開始となります。

## ひよこルームの内容



### マタニティ&ベビーひよこ

対象：主に妊婦さんと生後6か月まで  
計測日：身体計測があり、保健師・助産師による育児相談も受けられます。



### よちよちひよこ

対象：主に生後6か月から歩き始めるまで



### ひよこひろば

対象：主に未就園児とその保護者  
年齢に関係なくお待ちしています。

### おでかけひよこ

地域の公民館や児童館でひよこルームをします。  
その都度、確認をお願いします。

### \*\*子育て講座\*\*

講座は毎月1回は開催予定  
詳細は市広報・おたより・ネットなどで確認できます。

### \*\*育児相談\*\*

月~金曜日(9:30~16:00)  
電話・来所での相談お待ちしております。

### ☆☆お誕生会☆☆

あそびに来ているみんなでお祝いをします。  
その月にお誕生日を迎えるお友だちは早めに来所しましょう。

地域子育て支援センター ひよこルーム  
南国市保健福祉センター内 TEL 863-7373

利用は無料です。  
居心地が良くて  
ホッとできる居場所作  
りをめざしています。  
気軽に遊びに来てね。





## 12月生まれのお友達、お誕生日おめでとう！(12/8)

12月のお楽しみは、ブラックシアター「サンタが街にやってきた」をみんなで見ました。お部屋が少し暗くなったけれど、小さいお友達もジューツと見てくれました。歌っていると、体をゆすってリズムをとったりお家の方も一緒にリズムをとって楽しんでくれたので、みんなニコニコ笑顔でした。「おたんじょうびおめでとう！」といえるお友達もいたよ！



## ベビーダンスをしたよ(12/19)

玉木先生に教えていただきながら、親子でふれあい遊びやストレッチをした後、お母さんの体の負担にならない位置に一人一人抱っこ紐を調節してもらってダンスを楽しみました。(肩甲骨の下に後ろのベルト位置が来るようにするといひそうですよ。)縦揺れのリズムで気持ちよくなって、気が付くとみんなぐっすり眠りについていました。



赤ちゃんも寝て、自分もスッキリできてよかったです。日頃、つい横揺れをしているので縦揺れを試してみたいと思います。  
...ママより

## ベビーマラカスつくったよ～



ママが作ったマラカスで遊んでくれると嬉しいですね♡

## 絵本大好きになあれ!!



絵本の貸し出しをしています。好きな絵本ができるといいですね。何回も読んで覚えると、お人形に読み聞かせて遊んでいるお友達もいます♡

## 「メリークリスマス!!hohoho～」(12/20) クリスマス会にサンタさんが来たよ!

ひよこルームのクリスマス会にたくさん参加して下さいありがとうございました！  
大型絵本、「まどからのおくりもの」の読み聞かせやハンドベル「凧りん」さんの演奏を聞いた後、ジングルベルの踊りや「サンタのおじいさん」を歌ったりして楽しみました。サンタクロースさんと記念写真を撮ってもらいました♡



## ひよこルームにファミサポさん(ファミリーサポートセンター)がやってくる～!!

1月17日(水)10:00～ファミサポさんの紹介と防災紙芝居などがあるよ♡

## 子育て講座 リカバリーヨガ

日時 令和5年1月23日(火)  
10:00～11:30(受付 9:30～)

場所 ひよこルーム  
定員 親子9組  
講師 大崎 厚子先生(ヨガインストラクター)  
対象 生後3か月～7か月の子どもさんとママ  
参加費 無料

(ヨガマットレンタルする方は200円)

持ち物 バスタオル・ヨガマット

受付開始 1月4日(木)～ 申し込みは本人のみ

## 子育て講座 幼児食教室

日時 令和5年2月6日(火)

10:00～11:30(受付 9:30～)

場所 南国市保健福祉センター調理室・ひよこルーム  
定員 9名

講師 保健福祉センター栄養士 宮崎 まどか

対象 1歳以上児の保護者(託児要申し込み)

参加費 200円程度

メニュー 鹿肉ライス・春サラダ・デザート

受付開始 1月4日(木)～ 申し込みは本人のみ

※電話での申し込みはできません

※アレルギー対応はしていません

(感染症対策の為、子どもさんの試食はありません)

## 妊婦や子育て家庭の楽しいおでかけを応援するアプリ 「おでかけるんだパス」

子育て応援の店や子育てに関する施設の簡易検索やタイムリーな情報のお知らせ、緊急時の連絡先など、便利な機能を集めました！

おでかけ時に使えるので、お父さんにもおすすめです！

また、妊娠中・子育て中の方に子ども1人あたり5,000円相当のデジタルクーポンがもらえるキャンペーンなども

実施中です。ぜひ、ご登録ください♪※申請期限は1月末まで

