

# 7月 ひよこルーム



じめじめして蒸し暑い日が続いています。梅雨明けが待ち遠しい今日この頃ですね。  
 いよいよ7月半ばからひよこルームで水遊びが始まります。  
 水遊びの後は休憩を十分とって疲れを残さないようにしましょう。



## 予定表

2024. 6. 25

	月	火	水	木	金	土	日
AM	1	2 子育て講座 (ベビーヨガ)	3	4	5 てくてく	6	7
PM				育児相談			
AM	8	9 子育て講座 (ベビーマッサージ)	10 計測日	11	12 AM 誕生会	13	14
PM				育児相談			
AM	15 海の日	16 計測日	17	18	19	20 パパの日	21
PM				育児相談			
AM	22 おでかけひよこ (三和防災センター)	23	24	25	26	27	28
PM				育児相談			
AM	29	30	31				
PM							

AM: 9:30~12:00 PMの「ひよこひろば」の日は12時~ランチタイムになります。  
 PM: 12:00~14:30 (ランチタイム中はおもちゃは片づけていますのでご了承ください)

### 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：未就園児とその保護者  
 年齢に関係なくお待ちしております。



#### 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なさんでお祝いをします。  
 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。

こども家庭センター (南国市保健福祉センター内)  
 地域子育て支援センター ひよこルーム  
 TEL 863-7374

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





### 6月生まれのお友達、お誕生日おめでとう！

みんなでカエルの歌を歌ったり、お誕生日の歌でお祝いしました。出し物は、パネルシアター「バスにのって♪」を見ました。ママやパパのお膝に乗って、♪バスにのって♪ゆられてるGo! Go!と遊びました。



### リカバリーヨガでリフレッシュ(6/4)

大崎厚子先生による、育児の悩みトークタイムや、子どもさんと一緒に楽しく体のケアをするヨガが好評でした。「腰のストレッチが気持ち良かったです！」「簡単な動きで体がほぐれました！」 ママアンケートより



### 手形足型アートを作ったよ(6/18)

坂本可奈先生と、6月の素材を使ってそれぞれ手形・足形アート作りをしました。2か月から2歳までの子どもさんとママが参加してくださり、とっても素敵な作品ができています。「この時期しか残せないものを形にできてとても良かったです。毎月参加したいくらいです。定期イベントにしませんか？♡」…ママより…



### 計測の日(6/11・12)

に来てくれた皆さんありがとうございました！大きくなってかな、ドキドキ…。最近夜眠らなくなったんだけど、便秘になったんだけど、どうしたらいいのかなあ？他のママたちと交流して情報が聞けたり、話すことで少し前に進むことができたらいいなと思います。保健師さんからは「産後ケア」のお知らせがありました。しんどい時は誰にでもあります。ご相談くださいね。

### てくてく ～ふたご・みつごちゃんの集い～

日時 7月5日(金) 10:00～11:00



ひよこルームでは、ふたご・みつごちゃんの子育てをされている方を対象に交流出来る場を設けています。ふたご・みつごちゃんならではの悩み等お話しませんか。11時以降はひよこひろばで遊びましょう。妊婦さんも大歓迎です。

### 子育て講座(6月19日から受け付け開始)

#### 7月2日(火)ベビーヨガ

10:00～11:30(受付 9:30～)  
3～7か月 親子9組

#### 7月9日(火)ベビーマッサージ

10:00～11:30(受付 9:30～)  
3～8か月 親子10組

### パパの日 があります♡

#### 7/20(土)9:30～12:00

パパと未就園の子どもさんとで遊べる日です。土曜日が休みのパパは、子どもさんと遊ぶチャンス！！晴れたら、6か月以上の子どもさんはプール遊びもできます。



## 水あそび はじまるよ！



7月16日(火)から、8月末ごろまで ひよこひろば・よちよちひよこの日に水あそびができます。

\*準備するもの・水遊び用パンツ(水着でなくてもかまいませんが、必ず着替えましょう)

\*水遊びの時間・月・火 (10:00～11:00、13:30～14:00)

木・金 (10:00～11:00)



★おおむね6か月ごろから(お座りができてから)参加できます。

★水あそびは15分ぐらいが目安です。

★雨の日や気温・水温が低い日など水遊びが出来ない日もあります。



### 水あそびのお約束

#### プールの前は

- ・朝ごはんをしっかり食べ、水遊びの30分前までに食事・授乳をすませてね
- ・爪が伸びていないか点検してね
- ・水あそびをする時は必ず着替えましょう
- ・水遊びをする前は準備体操や水分補給をしましょう

#### プールの中では

- ・プールの中でおしっこが出たら水を捨ててね
- ・水あそび中はお子さんから目を離さないでね



7/22(月)は

“おでかけひよこ”でプールはありません。