

# ママンだより



秋が深まる中、少しずつ冬の足音が聞こえてきます。季節の変わり目となりますので子どもたちの体調管理に気をつけながらすごしたいですね。ママン利用時には3密を防ぐためのご協力を引き続きよろしくお願いたします。

開所時間/10:00～15:00 閉所日/月曜日・GWの3～5日・年末年始

月	火	水	木	金	土	日
	1	2 PM ベビー マッサージ	3	4	5	6
7	8 AM 離乳食教室	9	10	11PM つながろうの日	12	13
14	15	16AM 保健師 おしゃべり	17	18 AM 7ヶ月からの日	19	20
21	22 PM 6ヶ月までの日	23	24 つくってあそぼう	25	26	27
28	29 AM 体であそぶ日	30 よちよちランド				

おむつ交換・授乳コーナーはいつでもご利用頂けます。  
身長計、体重計を利用したい方は職員に声をかけてください。  
コロナが落ち着くまで「食事」は、お休みになります。水分補給・ミルクはOKです。

**ママンは皆さんの子育てを応援しています**  
**プレパパママさんも遊びに来て下さい**

こうちプレマnet



高知市・離乳食



お問い合わせ:地域子育て支援センター「ママン」  
781-0084高知市南御座90番地1高知 蔦屋書店3F  
TEL/FAX:088-855-5238

★つくってあそぼう「シンパリン」  
24日(木) 25日(金) 定員:各回5組  
①10:00～12:00 ②13:00～15:00  
時間内に15分程度で作れます。  
芸術の秋、音遊びを楽しみましょう！  
【予約開始】 11/10 AM10:00～



★ベビーマッサージ  
2日(水) 13:30～14:30 定員:8組  
助産師の筒井先生にわらべうたマッサージをおしえてもらいます。赤ちゃんとスキンシップをとりながらゆっくり過ごしましょう♪  
ハイハイまでのお子さんが対象です！  
【予約開始】 10/19 AM10:00～

★体であそぶ日 29日(火)10:30～11:15  
みんなで歩いたり、転がったり、ジャンプしたり、いつもと違うママンで身体を使って親子で一緒に遊んでみよう！  
【予約開始】 11/15 AM10:00～ 定員:10組

★育児講座「離乳食教室」  
8日(火) 10:30～ 定員:8組  
栄養士さんから発達に応じた離乳食の話全体を聞いた後、個別相談の時間になります。  
【予約開始】 10/25 AM10:00～

★つながろうの日「県外出身ママ集まれ！」11日(金) 13:30～14:30 定員:10組  
みんなで高知での子育ての事や、おススメの場所など色々な事をおしゃべりしましょう♪  
【予約開始】 10/28 AM10:00～

★6ヶ月までの日 22日(火) 13:00～15:00  
★7ヶ月からの日 18日(金)10:00～12:00  
月齢の同じくらいのお友達と一緒にあそぼう。初めての方もお待ちしています。  
※違う月齢のお友達の利用もOKです。対象月齢のお友達は事前予約可能



★保健師おしゃべり 16日(水)10:00～12:00(最終受付11:30)  
子育てや発達に関する事など、一人で悩まず気軽におはなしできます。  
プレパパママさんもお気軽にどうぞ。  
プレパパママも子育て支援センターご利用可能です。 ※事前予約可能



★よちよちランド 30日(水)11:00～11:30  
高知市の親子絵本ふれあい事業です。絵本のプレゼント・手遊び・読み聞かせなどをします。  
引換券を忘れずに！ ※予約は高知市(822-8111)にて、11/16より予約開始

## ママンからお願い

- ・3密を防ぐために、同時に10組までの利用とさせていただきます。来所の電話予約(当日9:30より)の方が優先となりますが、直接来所された方も空きがあればご利用できます。
- ・来所時はマスクの着用をお願いします。
- ・予約はお電話でも来所でもOKです。全て、ご本人分のみとなります。
- ・イベント予約の締め切りは、イベント開催前日となります。



Facebook



Instagram