

| 令和4年                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                        |                        |                         | 地域子育て支援拠点                                                                                          |                                                                                                      |                        |                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |  |  |  |  |  |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|------------------------|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|
| 12月                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                        |                        |                         |                                                                                                    |                                                                                                      |                        |                        | はるの・わくわくぽけっと                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 日                                      | 月                      | 火                       | 水                                                                                                  | 木                                                                                                    | 金                      | 土                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  |  |  |  |  |  |
| 場所<br>時間                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | お休み<br>★                               | 春野あじさい会館<br>9:30～15:00 | お出かけひろば<br>10:00～15:00  | 春野あじさい会館<br>9:30～15:00                                                                             | お出かけひろば<br>10:00～15:00                                                                               | 春野あじさい会館<br>9:30～15:00 | 南ヶ丘<br>コミュニティセンター      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  |  |  |  |  |  |
| 1<br>週                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                        |                        |                         |                                                                                                    | 1<br>長浜宇賀<br>公民館    | 2<br>いっぱいあそび           | 3<br>ほのぼの<br>ひろば<br>B  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  |  |  |  |  |  |
| 2<br>週                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 4<br>お休み<br>★                          | 5<br>いっぱいあそび           | 6<br>南ヶ丘<br>コミュニティセンター  | 7<br>いっぱいあそび                                                                                       | 8<br>長浜宇賀<br>公民館  | 9<br>いっぱいあそび           | 10<br>ほのぼの<br>ひろば<br>A |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  |  |  |  |  |  |
| 3<br>週                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 11<br>お休み<br>★                         | 12<br>いっぱいあそび          | 13<br>南ヶ丘<br>コミュニティセンター | 14<br><br>いっぱいあそび | 15<br>長浜宇賀<br>公民館   | 16<br>いっぱいあそび          | 17<br>ほのぼの<br>ひろば<br>C |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  |  |  |  |  |  |
| 4<br>週                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 18<br>お休み<br>★                         | 19<br>いっぱいあそび          | 20<br>南ヶ丘<br>コミュニティセンター | 21<br>いっぱいあそび                                                                                      | 22<br>長浜宇賀<br>公民館   | 23<br>いっぱいあそび          | 24<br>お休み<br>★         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  |  |  |  |  |  |
| 5<br>週                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 25<br>お休み<br>★                         | 26<br>いっぱいあそび          | 27<br>南ヶ丘<br>コミュニティセンター | 28<br><br>いっぱいあそび | 29. 30. 31 お休み<br>今年も1年間ありがとうございました                                                                  |                        |                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  |  |  |  |  |  |
| 1<br>週                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | R5. 1/1. 2. 3 お休み<br>笑顔いっぱいの1年になりますように |                        |                         | 4<br>いっぱいあそび                                                                                       | 5<br>長浜宇賀<br>公民館    | 6<br>いっぱいあそび           | 7<br>お休み<br>★          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  |  |  |  |  |  |
| <div>妊婦・0歳児親子の集い</div> <div> 1日(木)長浜宇賀公民館 ☆当日電話受付</div> <div>☆妊娠中や産後のワンポイント健康講座 講師 助産師 宮地絵里さん</div> <div>～動きやすい服装でお越しください～</div> <div>音楽にあわせて身体を動かしてみませんか？</div> <div>●1部 10:00～11:00 身長・体重測定・育児相談・ミニ講座</div> <div>●2部 11:00～12:00 身長・体重測定・育児相談・ミニ講座</div> <div> 15日(木)長浜宇賀公民館 ☆当日電話受付</div> <div>☆離乳食ワンポイントアドバイス 講師 栄養士 佐田瑞記さん</div> <div>月齢に合わせた離乳食のおはなし 聞いてみたい事ありませんか？</div> <div>●1部 10:00～11:00 身長・体重測定・育児相談・ミニ講座</div> <div>●2部 11:00～12:00 身長・体重測定・育児相談・ミニ講座</div> <div>両日午後からは15時まで いつものひろばです</div>                                                       |                                        |                        |                         |                                                                                                    |                                                                                                      |                        |                        | <div>わくぽけ クリスマス会</div> <div>～ サンタは来るかな？？ ～</div> <div>8日(木) 10時半～11時半 長浜宇賀公民館</div> <div>参加費 1家庭200円</div> <div>みんなで一足早いクリスマスを楽しみませんか？？</div> <div>申込が必要です。5日(月)まで。</div> <div> 12月生まれのお友達 お誕生会</div> <div>～ みんなでお祝いしよう ～</div> <div>28日(水) 11時～11時半 春野あじさい会館</div> <div>「わくぽけオリジナルカード」を作ってみよう</div> <div>申込が必要です。22日(木)まで。</div>                                                                                         |  |  |  |  |  |  |  |
| <div>令和4年度 地域子育て支援センター等機能強化事業</div> <div>ほのぼのひろば ～ 妊婦教室 ～</div> <div><div>ママとパパ<br/>一緒に</div><div>ママを応援<br/>したいパパも</div><div>育児休暇取得<br/>予定のパパも</div></div> <div>B 妊娠中の心と身体を整える</div> <div>12/3<br/>(土) ～マタニティ ヨーガ～ 助産師 筒井真弓さん</div> <div>リラックスしてお腹の赤ちゃんとお話ししましょう</div> <div>A 妊娠中から赤ちゃんを迎える為の心と身体の準備</div> <div>12/10<br/>(土) ～家族の幸せを願って～ 助産師 宮地絵里さん</div> <div>胎児人形でお腹の赤ちゃんの成長を実感したり、心音を聴いたり、沐浴のデモンストレーション</div> <div>C 絵本で育む豊かな心「ほのぼの絵本タイム」</div> <div>12/17<br/>(土) ～ママ パパ おなかの赤ちゃんに届ける絵本講座～</div> <div>えほんのたね 川田真由美さん</div> <div>読み聞かせを通してお腹の赤ちゃんと一緒に過ごす</div> <div>対象:妊婦さんとご家族1名 5組 参加費:無料</div> <div>時間:10時～12時 準備物:母子手帳、飲み物、クッション等</div> <div>場所:高知市春野町南ヶ丘1-2-1 南ヶ丘コミュニティセンター和室</div> <div>A B にはバスタオル持参・動きやすい服装でお越し下さい</div> |                                        |                        |                         |                                                                                                    |                                                                                                      |                        |                        | <div>～ まもなく受付開始 ～</div> <div>申込期間 12/7(水)～12/28(水)土日祭 除く9時～16時</div> <div>ほのぼのひろば ～ ベビーマッサージ教室 ～</div> <div> 講師 助産師 細川まりさん 全4回コース</div> <div>①R5.1/14(土) ②21(土) ③28(土) ④2/4(土)</div> <div>場所:高知市春野町南ヶ丘1-2-1 南ヶ丘コミュニティセンター和室</div> <div>時間:13時～15時 対象:生後2ヶ月～7ヶ月の赤ちゃん和妈妈 5組</div> <div>準備物:飲み物・バスタオル・フェイスタオル・おねしょシート(ビニール可)</div> <div>参加費 無料 但し別途 ホホパオイル代600円(当日自己負担)</div> <div>ご自分でオイルを用意する場合はまけないように容器に移し替えて下さい</div> |  |  |  |  |  |  |  |
| <div>申込お問合せ連絡先</div> <div>080-8637-8934</div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                        |                        |                         |                                                                                                    |                                                                                                      |                        |                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  |  |  |  |  |  |
| R4.12/29(木)～R5.1/3(火)の期間はひろばはお休みです                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                        |                        |                         |                                                                                                    |                                                                                                      |                        |                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  |  |  |  |  |  |