

# ママンだより



晴れたり雨が降ったり、天気の移り変わりが多いこの時期。室内や戸外に関係なく、子どもたちは汗ばみながらも日々色々な遊びを楽しみます。気候の変化はありますが、体調管理に気をつけながら今月も楽しんで過ごしていきましょう！

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	3	4
5	6 PM 6ヵ月までの日	7	8 AM 睡眠と生活リズム	9	10	11
12	13	14	15 AM 保健師相談日	16 PM 7ヵ月からの日	17	18
19	20	21 PM 妊婦カフェ	22 PM 6ヵ月までの日	23 AM スタスタの日	24	25
26	27 つくってあそぼう		28	29 絵本アドバイザーさんの日	30 AM つながろうの日	

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

ママンは皆さんの子育てを応援しています  
プレ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



### ママンからのお知らせ

- ・安全対策へのご協力をお願いします。(特に土・日・祝)
- ・イベント等の予約はお電話(AM10時から)でも来所でもOKです。全て、ご本人分のみとなります。

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



Facebook



Instagram

★スタスタの日 23日(金)10:30~11:15 【予約開始】 6/9 定員:10組

しっかり歩行できる親子が対象の日です。親子で一緒に歩いたり、ジャンプしたり、いつもと違うママンで身体を動かそう♪

★つながろうの日『高知の孫育て』 30日(金)10:30~11:30 【予約開始】 6/16 定員:10組

孫育て中のおじいちゃんおばあちゃん、イマドキの子育て事情やお孫さんとの付き合い方、等を、孫育てをしているからこそ分かるあんな事こんな事、おじいちゃんおばあちゃんと一緒に話をしてみませんか？  
孫育てしていられっやる地域のおじいちゃんおばあちゃん、ご参加お待ちしております♪

★睡眠と生活リズムのお話 8日(木)10:30~11:30 【予約開始】 5/26 定員:10組

森木助産師さんによる子どもの睡眠と生活リズムのお話。個別相談も可能です。

★妊婦カフェ 21日(水)13:30~14:30 定員:10組 ※事前予約可能

産前産後のくらしの専門家 産後ドゥーラさんと妊婦さんとそのご家族さんで集まって、子育てや高知の情報交換、プレパママの悩みや不安を、一緒におしゃべりしませんか？

★★下記のイベントの日は、イベントの参加でない方もセンター利用可能です★★

★6ヵ月までの日 6日(火) / 22日(木)13:00~15:00

★7ヵ月からの日 16日(金) 13:00~15:00 ※いつもと違うマットがあるよ！

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、お待ちしております♪

※違う月年齢のお友達も交流スペースの利用もOKです。対象月齢のお友達は事前予約可能

★つくってあそぼう「カエルの足型」

27日(火)、28日(水) 定員:各日10組

梅雨を足型のカエルさんで楽しもう！

【予約開始】 6/13



絵本アドバイザーさんのいる日  
29日(木)10:00~15:00  
絵本についてお気軽にご相談下さい！

★保健師相談日 ※事前予約可能

15日(木)10:00~12:00(最終受付11:30)

高知市の保健師さんにお母さんの体の事や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。プレパママさんもお気軽にどうぞ。

平日のみ

お昼ご飯・軽食が  
可能となりました。

①11:00~11:45

②12:00~12:45

予約の方が優先となります。

※予約は当日10:00~

各回3組



月々のイベントや、災害時・緊急時等の開閉所の情報も  
FB・インスタでお知らせしています。