

ママンだより



本格的な冬を迎え、コロナウィルス、インフルエンザなどの感染症に警戒をして行きたい季節になりました。体調管理に気を配りながら生活リズムを整えながら楽しく過ごしましょう♪

★赤ちゃんのいる家庭での防災のお話 17日(水)10:30～11:30
【予約開始】1/4～ 定員: 10組 ママンがある下知地区で防災の活動されている下知地区減災連絡会 事務局長 坂本茂雄さんをお迎えして、日頃からの防災への備えや避難についてお話をして頂きます。防災についての悩みや疑問など皆で一緒に話してみましょう。

★妊婦カフェ 21日(日)10:00～11:00 定員: 3組
産後ドゥーラさんから産後生活の過ごし方についてお話を聞いてみましょう♪
対象: 妊婦さんとそのご家族 【予約受付中】

★よちよちランド 31日(水)11:00～11:30 高知市親子絵本ふれあい事業
絵本のプレゼント・手遊び・読み聞かせなどをします。
引換券忘れずに持ってきて下さい。
【予約開始】1/17～ 088-822-8111(高知市)



★ ★ 下記のイベントの日は、イベントの参加でない方も支援センターの利用が可能です ★ ★

★つくってあそぼう「節分豆入れ」
25日(木)・26日(金)【予約開始】 1/11～ 定員: 各10組
開所時間内のお好きな時間にどうぞ。
牛乳パックを使って可愛い豆入れを作ります。



★6ヵ月までの日 10日(水)・30日(火) 13:00～15:00
★7ヵ月からの日 23日(火) 13:00～15:00 ※いつもと違うマットあり！
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、大歓迎です♪
※違う月年齢のお友達も交流スペースの利用もOKです。

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



月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
12/29～1/3 年末年始閉所						
8	9	10 PM 6ヵ月までの日	11	12 AM 助産師ベビカム	13	14
15	16	17 AM 防災のお話	18	19 AM 保健師おしゃべり	20 絵本アドバイザーの日	21 AM 妊婦カフェ
22	23 PM 7ヵ月からの日	24	25	26	27	28
つくってあそぼう						
29	30 PM 6ヵ月までの日	31 AM よちよちランド	開所時間/10:00～15:00 閉所日/月曜日・5月3～5日(GW)・年末年始			

平日のみ、11:00～13:00まで、お昼ご飯・軽食が可能です。
身長計、体重計を利用したい方は、職員にお気軽に声をかけてください。

★助産師ベビカム ※事前予約可能 12日(金)
10:00～12:00(最終受付11:30)
★保健師おしゃべり ※事前予約可能 19日(金)
10:00～12:00(最終受付11:30)
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。

★絵本アドバイザーさんのいる日
20日(土)10:00～15:00
絵本についてお気軽にご相談下さい！

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。

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



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

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



Facebook インスタグラム