



2月 ひよこルーム



一年で一番寒い時期になりました。コロナやインフルエンザだけでなく、ノロウイルス感染症も流行しやすい時期ですので充分気を付けて下さいね。



予定表

2024. 1. 26

	月	火	水	木	金	土	日
AM				1	2	3	4
PM				育児相談			
AM	5	6 子育て講座 (幼児食作り)	7	8	9 AM誕生会	10	11 建国 記念日
PM				育児相談			
AM	12 振替休日	13 計測日	14 計測日	15	16	17	18 パパ講座
PM				育児相談			
AM	19	20 子育て講座 (ミュージック・ケア)	21	22	23 天皇誕生日	24	25
PM			離乳食教室	育児相談			
AM	26	27	28	29			
PM				育児相談			

AM: 9:30~12:00
PM: 12:00~14:30

PMの「ひよこひろば」の日は12時~ランチタイムになります。(お昼ご飯を食べることができます。)ランチタイム終了後、午後開始となります。

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います。

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んなでお祝いをします。
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。

地域子育て支援センター ひよこルーム
南国市保健福祉センター内 TEL 863-7373

利用は無料です。
居心地が良くて
ホッと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。



マタニティ&ベビー計測の日(1/10) 感染症の増える季節ですね

赤ちゃんが具合の悪い時のサインについて保健師さんに伺いました。

- 抱っこをした時、体が温かい。
- 授乳の時、口の中が厚く感じる。
- 透明の鼻水が黄色くなってくる。
- ぐずりやすい
- 離乳食、ミルクをなかなか食べない、飲まない。
- 下痢、嘔吐をする。

検温して37.5℃以上ならかかりつけの病院に電話で問い合わせましょう

かかりつけの病院を受診しましょう。

おススメ・・・平熱を知っておきましょう！

お風呂の前に測ってみましょう。左右差があることもあるので、両脇を測ると良いそうです。



1月生まれのお友達 誕生日おめでとう♡

みんなでお祝いをしました。
お楽しみは絵本「だるまさんが」のペープサートを観ました。
その後、みんなでだるまさんになって、お話を再現しました。
みんな大好きなお話なので
思いっきり体を動かして
だるまさんの真似っこをしていました。



リカバリーヨガをしたよ(1/23)

子育て講座「産後リカバリーヨガ」は生後3か月から7か月までのベビーのママが集まってくれました。講師の大崎先生より「子育て中のママの思いをシェアできるように」との思いから、自己紹介や周りの方のお話を聞く時間があり、「いろんなことが聞ける時間もよかったです。」という感想をいただきました。心も体もじんわり



ほぐれる時間でした。



身体がすっきりと軽くなった感じがします。楽しく気持ちよく体をほぐすことができました。

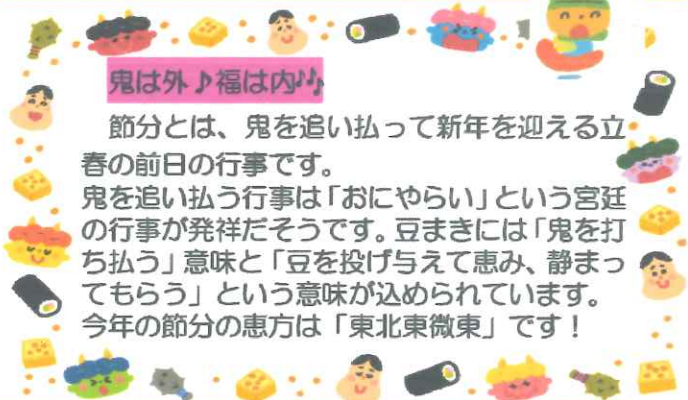
パパの日の日に遊びにきてくれて

ありがとうございました！

6組のお父さんと子どもたちが来てくれました。子どもたちはお知り合いだけど、パパたちは初めて。子どもたちはいつもと違う雰囲気を感じて、じーっと観察した後、好きなおもちゃを見つけて遊び始めました。ママがいる時と同じように、リラックスして遊んでいました。パパも遊ぶのが上手ですね。子ども達が小さい時は一緒に遊べる時間がたくさんあったらいいですね。



2月5日10:30～ 保健センターに しゃも番長が来るよ！！会いに来てね♡



鬼は外♪福は内♪

節分とは、鬼を追い払って新年を迎える立春の前日の行事です。

鬼を追い払う行事は「おにやらい」という宮廷の行事が発祥だそうです。豆まきには「鬼を打ち払う」意味と「豆を投げ与えて恵み、静まってもらおう」という意味が込められています。今年の節分の恵方は「東北東微東」です！

<子育て講座> ミュージック・ケア

—音楽に合わせて親子で体を動かしましょう—

日時 2月20日(火)10:00～11:30(受付9:30)

講師 岩城 美喜江先生

対象 10か月～2才までの子どもさんと保護者

定員 親子9組

参加費 無料

動きやすい服装で来てね

※申し込み開始 2月1日(木)～

申し込みは本人のみとさせていただきます

<子育て講座> パパ講座

—パパと一緒に運動遊び—

日時 2月18日(日)

10:00～11:30(受付9:30～)

講師 笹岡 真先生 (ピーススポーツ代表)

対象 7か月～未就園児の子どもさんとパパ

定員 親子9組 パパの参加をお願いします

参加費 無料

持ち物 水分



※申し込み開始 2月1日(木)～

申し込みは本人のみとさせていただきます