

2023年

定期的なおもちゃの消毒、二酸化炭素濃度の計測と換気等でコロナ感染対策に留意しています。

日程		イベント名	講師	予約	memo (持ち物等)
5 / 9 (火)	10:00~11:00	避難訓練 & 春のお散歩	—	要 (*1)	水分・帽子等
5 / 11 (木)	10:00~11:30	ほっこりおはなし会 (子育てフリートーク)	—	要 (*2)	別室無料託児付 (託児5名まで)
5 / 12 (金)	10:00~11:00	うごいてあそぼ!	専	不要	水分
5 / 15 (月)	10:30~11:30	ベビーマッサージ (ママへご褒美ハンドマッサージ付)	専	不要	生後2ヶ月目~・バスタオル 500円 (ほっとクーポン可)
5 / 16 (火)	10:00~11:30	手形足形アート	—	要 (*3)	別室無料託児付 (託児5名まで)
5 / 18 (木)	10:00~11:30	プレママデー (お産のはなし+沐浴指導)	専	要 (*4)	どなたでも。 上のお子様の託児あり。
5 / 21 (日)	10:00~11:30	乳幼児救命救急講習会 (白杵消防署にて)	専	要 (*5)	どなたでも。託児なし。
	12:00~15:00	日曜開所日	—	—	—
5 / 23 (火)	10:00~11:30	楽ちん抱っこ相談会	専	要 (*6)	お持ちの抱っこひも等 (2つまで)
5 / 26 (金)	10:00~11:30	ママカUP座談会 (先輩ママと話そう~子育てと仕事の両立~)	—	要 (*7)	別室無料託児付 (託児5名まで)
5 / 30 (火)	10:30~11:00	ピアノとうたお♪	専	不要	—
5 / 31 (水)	10:00~11:00	リラックスヨガ	専	要	定員5名妊婦さんOK。 別室無料託児付/水分

5 / 1 (月)・2 (火)は通常開所。5 / 9 (火)スタッフ会議のため11時OPEN

【ご予約方法: ①来所、②電話83-4415、③よいこのへやFacebook or Instagramメッセージ】

※1 避難訓練 & 春のお散歩

親子で利用している時、一時預かりをしている時、避難が必要な状況になったら...? もしもの時のために、一緒に備えませんか? 避難経路を確認し、一緒に歩いて白杵公園に上がり、終了後、お茶を飲みましょう(*^▽^*) お土産もあります☆



避難場所: 白杵公園 (卯寅神社前)

写真は去年の様子です。タンポポの綿毛が豊作でお子様お散歩には最高です。お天気になあれ!

※2 ほっこりおはなし会 (子育てフリートーク)

初めての子育て、慣れない土地での子育て、何かお困りのことはありませんか? 他のママどうしてるのかな...? こんな時どうしてるのかな...? 些細な悩みでも、みんなでワイワイ話して共有すると心が軽くなるもの♪ テーマを決めずにゆるゆるとお話しましょう~☆ 子育てや生活を整えるヒントが得られるかも!?

※4 プレママデー (沐浴+お産のはなし)

★講師: 日高真理子さん(助産師/助産所 宙 SORA) 約1000件のお産に関わった助産師さんです☆ 沐浴のやり方を間近で見てポイントを教えてもらい、実際に赤ちゃん人形を使って練習してみませんか♪

参加者の皆さんにもやっていただけます☆



※3 手形足形アート



こんな感じのモノ作ってみませんか? (写真はイメージです)

今回は初夏から夏全般的なデザインで作ります。手形足形アートの本もありますし、ネットで検索して自分好みのモノを見つけてもちろんO! お写真入れてもよいですよ~ 最後は、作品をラミネートしてお渡します♪

※6 楽ちん抱っこ相談会

★講師: 利光優花さん(ベビーウェアリングアドバイザー) 抱っこの基本をお話いただいた後、個別にお持ちの抱っこひもを調整していただきます。長時間・長期間使用する抱っこひも。正しく使い、赤ちゃんもママもストレスフリーな抱っこを目指しましょう♪ Before→Afterの感動をぜひ! プレママ・プレパパさんも大歓迎です♪

※7 ママカUP座談会 (先輩ママと話そう~子育てと仕事の両立~)

大きいお腹で産休に入り、無事出産し、ようやく赤ちゃんとの生活になれた頃に仕事復帰...(/ω\ 復帰後の生活リズム等が全く想像できず、心配だけが山積みのママも多いようです。今回は、第1子育休→復帰→第2子育休中の先輩ママに来ていただきます。どんな風に子育てと仕事を両立させているのか、復帰前にやっておいた方がいいこと、妥協したことなど、生の体験談を聞いてみませんか(*^^)v?

※5 乳幼児救命救急講習会

過去の講習会の様子



コロナ禍でなかなか実施出来なかった救命救急講習会。約2年半ぶりの開催を白杵消防署で実施させていただけることになりました(*^▽^*)! 誤飲・心肺蘇生・AED操作など、"子どもを守る学びの時間"になるかと思えます。完全託児ではありませんが、保護者が実技の最中は、スタッフがお子様を見守ります☆



講師の紹介

- ★うごいてあそぼ!: 竹村 千晶さん(理学療法士)
- ★ベビーマッサージ: 児玉 理恵佳さん(ベビーマッサージインストラクター)
- ★ピアノとうたお♪: 児玉 彩さん(ピアノの先生)
- ★リラックスヨガ: 甲斐 愛さん(ヨガ・マニティヨガインストラクター)



毎月第3日曜日の開所時間が変わりました。(新時間帯) 10:00~15:00

※今月は午前中講習会のため12:00~開所です。

よいこのへや



どんなところ？

- 未就学のお子様とその保護者が遊べる場所です♪
- OPEN：月～金・第3日曜日／9時～16時
毎月第1火曜日は11時OPEN
- 料 金：親子での利用は無料
一時預かり1時間300円／人（予約不要）
- イベントや子育て相談もおこなっています
- 活動の様子：FacebookやInstagramをご覧ください(*^^)v

一時預かりについて

- 対象：白杵市にお住まい or 里帰り中の方
- 料金：1時間300円／人（子育てほっとクーポン利用可）
- お仕事以外なら、どんな用事でもOK！（予約不要）
例）ママの病院・美容院・リフレッシュ・家事など

妊娠期からご利用できます

- プレママデー：毎月第3木曜日午前中（どなたでも）
- ベビー用品の貸出：ベビーベッド・ベビーバス・バウンサーなど
- ベビー服のお下がりもあります



← 外観

↓ この看板ふもと



- 白杵市港町本通7組（港町商店街内）
 - TEL：0972-83-4415
 - 駐車場あり
- （公社）白津地域シルバー人材センターが運営しています



Facebook Instagram

活動の様子は
こちらから。
子育て情報も
載せてます(*^^)v

ほっこりお話し会 & ママカUP座談会

よいこのへやでは、『みんなで子育て・親育ちプログラム』にも力を入れています。
赤ちゃんを産めばママにはなれます。けれど、親としてはまだ0歳。…ボンヤリ見え始めたくらいでしょうか？
にも関わらず、“ママになったらできて当然”、“良いママでいなければ”という、知らず知らずのうちに
かけてしまっている自己暗示と、勝手に感じてしまう周りからのプレッシャーに苦しめられている方が
多いのも事実なのです(/ω\
そんな方々の心を軽くするには、おしゃべりが一番(*^▽^*)！
同じ地域で乳幼児を子育てしているという“同士”から、様々な繋がりが生まれ、心が救われたり、逆に
誰かの役に立ったり、ママ達はどんどんレベルアップしていきます！生き方も子育ても十人十色で、
とらわれて苦しんでいた価値観から次第に抜け出し、表情が明るくなる方も♡
ネットに溢れる情報に固執して孤独に子育てせず、心に記憶される鮮度の高い子育て情報をもらって、
『みんなで楽しく子育て・親育ち』、しませんか(*^▽^*)♡

ほっこりお話し会
（子育てフリートーク）

ママカUP座談会
（毎月テーマがあります）



- ★10:00～11:30
- ★参加無料
- ★親子別室・託児付
- ★要予約

6月の予定

- 2(金) 臨時開所(シルバー行事のため)
- 5(月) ベビーマッサージ
- 9(金) 歯の相談会(歯科衛生士来所日)
- 12(月) ママカUP座談会
- 15(木) プレママデー(助産師来所日)
- 16(金) うごいてあそぼ！
- 18(日) 日曜開所日
- 19(月) 赤ちゃん抱っこ相談会
- 26(月) ピアノとうたお♪
- 28(水) リラクソヨガ

ほっこりお話し会：休み
※予定は変更になる
場合もございます

その他のイベントの様子

