

August よいこのへや

2022年

新型コロナの感染拡大状況により、利用方法・行事等、大きく変わる可能性もございます。
ご利用前にお問い合わせいただくと確実です。

日程		イベント名	場所	予約
8/1(月)	10:30~11:30	ベビーマッサージ	よいこのへや	要(※1)
8/8(月)	13:30~14:30	産後ピラティス		要(※2)
8/18(木)	10:00~11:30	プレママストレッチ & 助産師さんとお話しよう	中央公民館 和室	要(※3)
8/21(日)	9:00~16:00	日曜開所日	よいこのへや	不要
	10:30~11:00	パパによる絵本読み聞かせ		
8/23(火)	10:00~11:30	ママカUP座談会 (乳がん触診体験 & 病院情報シェア)		要(※4)
8/26(金)	10:00~11:00	うごいてあそぼ!		不要
8/29(月)	10:00~11:00	リラックスヨガ		要(※5)
8/30(火)	10:30~11:00	ピアノとうたお♪		不要
8/2(火)スタッフ会議のため11時OPEN【8/11(木)~15(月)はお盆休み】				

【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】

ベビーマッサージ(※1)



- ★対象:生後2ヶ月目～
- ★講師:児玉 理恵佳さん
(ベビーマッサージインストラクター)
- ★参加費:500円
(子育てほっとクーポン可)
- ★持ち物:バスタオル

産後ピラティス(※2)



- ★対象:産後2ヶ月目～1年未満の方
- ★講師:田中 理恵さん
(ピラティスインストラクター)
- ★参加費:無料(別室託児付)
- ★持ち物:ヨガマット・水分
バスタオル

予約は全て 先着順

リラックスヨガ(※5)



- ★対象:どなたでも
- ★講師:甲斐 愛さん
(ヨガ・マタニティヨガインストラクター)
- ★参加費:無料(別室託児付)
- ★持ち物:水分・ヨガマット(あれば)

プレママストレッチ & 助産師さんとお話そう(※3)



- ★対象:妊娠中の方
(白杵在住 or 里帰り先が白杵の方)
- ★講師:①竹村 千晶さん(理学療法士)
②日高 真理子さん
(助産師/助産所 宙 SORA)
- ★参加費:無料
- ★上のお子様はよいこのへやにて
お預かりします。(無料)

心と体の不安を取り除き、安心して
赤ちゃんを迎えましょう(*^^)v
出産前から専門家と繋がりを持つことが
産後の安心材料にもなりますよ～♡



申込フォーム

ママカUP座談会(※4) 乳がん触診体験 & 病院情報シェア



- ★対象:どなたでも
- ★講師:織田 薫さん(第一生命)
(よいこ卒業ママです☆)
- ★参加費:無料(別室託児付)

慣れない子育てと日常に追われ、ママの健康はいつも
後回しになってはいませんか?
今回は、実際にしこりが入っているおっぱいモデルを
触る体験を通して、ママの健康 & 家族の健康について考
える会です。ご参加お待ちしております(*^^)v

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10時半～11時半（どなたでも）
- プレママ・プレパパデー：奇数月の第3日曜日に実施予定
- 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
↓ この看板のもと



- 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）白渚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



パパのご利用増えてます！「協力して子育て」家族の素敵なカタチです☆



託見の様子（ママ@ヨガ中）なんか楽しそうな2人♪

9月の予定

- 5(月) ベビーマッサージ
- 9(金) うごいてあそび！
- 13(火) 産後ピラティス
- 15(木) プレママデー
（助産師さんによる母乳育児のお話）
- 18(日) 日曜開所日（よいこ）
プレママ・プレパパデー（ちあぽーと）
- 21(水) リラックスヨガ
- 22(木) 抱っこ相談会
- 26(月) ピアノとうたお♪
- 29(木) ママカトリ座談会
（どうしてる？祖父母との付き合い方）

誰でもOK@プレママデー。
メモリアルフォトフレームを作りました☆
産まれたら手型足型どこに入れようかな～
写真どんな風に配置しようかな～
時折手を止めながら、先輩ママの「無痛分娩」の
話で盛り上がり、楽しい時間でした(*^^*)

定期的におもちゃの消毒、二酸化炭素濃度の計測・換気などを行い、コロナ感染対策を実施しています。現在水分補給以外の飲食はお控えいただいております（一時預かり見以外）