

2024年 5月 よいこのへや

日程		イベント名	講師	予約	memo (持ち物等)
5 / 7 (火)	10:00~11:00	避難訓練 + お茶会♪	—	要(※1)	どなたでも・雨天時お茶会のみ
	13:30~ (時間希望制)	助産師相談会	専	要(※2)	どなたでも・おひとり20分程度 相談内容自由
5 / 8 (水)	10:00~11:30	楽ちん抱っこ相談会	専	要(※3)	抱っこひも2つまで
5 / 10 (金)	13:30~15:00	フラ踊ってみよ♪ + ほっこりお話し会 ~非日常を楽しもう~	専	要(※4)	別室無料託児付
5 / 13 (月)	10:30~11:30	ベビーマッサージ ~ママの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 オイル代500円(クーポン可)
5 / 16 (木)	10:00~11:30	プレママデー ~助産師伝授@出産・育児のいろは~	専	不要 (※5)	どなたでも。お子様の託児が 必要な場合はご予約ください
5 / 17 (金)	10:00~11:00	うごいてあそぼ!	専	不要	どなたでも・水分
5 / 19 (日)	10:00~15:00	日曜開所日	—	不要	どなたでも
5 / 22 (水)	13:30~15:00	手形足形アート	—	要	別室無料託児付
5 / 27 (月)	10:00~11:30	ママカUP座談会 テーマ: 簡単防災クッキング	専	要(※6)	別室無料託児付
5 / 28 (火)	10:30~11:00	ピアノとうたお♪	専	不要	どなたでも
5 / 30 (木)	10:00~11:00	リラックスヨガ	専	要	別室無料託児付・水分

ファミサポ説明 & 会員登録随時受付中

GWはカレンダー通りの開所です。5 / 7 (火) 通常の利用は11時OPENです☆

【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 + お茶会♪

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、終了後にスタッフとお茶会しましょう(*^v^*)♪



※2 助産師相談会

プレママからオススメ(*^v^*)☆ 予約制の無料個別相談です。母乳足りてるかな? ミルクの足し方が分からない・・・など、お悩み中の方、妊娠中の方、その他「助産師さんとお話したい!」という方、どなたでもどうぞ(*^v^*)v 体重測定もできます。お知り合いの中に、妊娠中の方がおられましたら、ご紹介いただくと嬉しいです♡



※3 楽ちん抱っこ相談会

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けます(2つまで)。長時間・長期間使用する抱っこひも。正しく使い、赤ちゃんもママパパもストレスフリーな抱っこを目指しましょう♪ プレママプレパパ、首据わり前の赤ちゃんもOK。Before→Afterの感動をぜひ!



※6 ママカUP座談会 (簡単防災クッキング)

★講師: 薬師寺 琴美さん(うすき女性防災士連絡協議会)
1月に起こった能登半島や先日起った豊後水道を震源とする地震。びっくりしましたよね…。皆さん地震への備えはどうされていますか? 今回のママカは、4児の母、臼杵市の女性防災士さんをお招きします。火を使わない簡単防災クッキングで楽しい時間を過ごすとともに、ママ目線での防災と一緒に学び、備えませんか? 非常食のお土産もあります。

※4 フラ踊ってみよ♪ + ほっこりお話し会

★講師: 稗田 愛さん(元よいこスタッフ)

普段なかなか触れる機会のないフラ。非日常をゆっくり楽しみませんか? 踊った後は、飲み物を囲んでほっこり子育てトークをしましょう♪ 些細な悩みでも、みんなでワイワイ共有すると、心が軽くなるもの。子育て・生活を整える・家庭と仕事の両立、何かヒントが得られるかも! 聞いてほしい! 悩みとモヤモヤ、よいこにたくさん吐き捨てて気持ち良くお帰りたいだければと思います(*^v^*) 先月は「家事の分担」や「子どもが寝ない!」の話で盛り上がりしました☆

※5 プレママデー (助産師伝授@出産・育児のいろは)

今月から新しいプログラムになります。今まで別々だった母乳育児のはなしとお産のはなしを合体させ、参加者のニーズに合わせた柔軟なプログラムに。毎回助産師さんが来てくれるので安心ですよ(*^v^*)v 3児の母、1000人のお産に立ち会った病院勤務経験ありの助産師さん。お産のぶっちゃけ話、裏話、豊富な経験談をたくさん聞いてみませんか?



ヨガ



5月5日 こどもの日、5月12日 母の日。みなさんとのご縁をありがたく感じる5月です(*^v^*)v よいこでは、親子別室プログラムを実施しています。少しでもお子様と離れてゆっくり休んでいただきたいです♡



講師の紹介

- ★相談会・プレママデー: 日高真理子さん(助産師/助産所 宙 SORA)
- ★ピアノとうたお♪: 児玉 彩さん(ピアノの先生)
- ★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)
- ★うごいてあそぼ!: 竹村 千晶さん(理学療法士)
- ★リラックスヨガ: 甲斐 愛さん(ヨガ・マタニティヨガインストラクター)
- ★ほっこりお話し会: 祖父江 美幸(保育士・子育て支援員)
- ★楽ちん抱っこ相談会: 利光 優花さん(ベビウエアリングアドバイザー)

～未就学のお子様とその保護者が自由に集える～

よいこのへや



概要

- 開館日：月～金(9時～16時)・第1火曜(11時～16時)・第3日曜(10時～15時)
- 料金：親子での利用は無料(イベントによっては実費をいただくものもございます)、一時預かり有料
- 運営：(公社)白津地域シルバー人材センター
- スタッフ：シルバー&先輩ママスタッフ、常時2名以上で対応

一時預かり

- 日時：開館中、予約なしでOK!(ただし、日曜日は除きます)
- 対象：未就学児(白杵市にお住まい or 里帰り中)
お仕事以外ならどんな用事でもOK!(例:各種手続・病院・美容院・リフレッシュ・家事など)
- 料金：1時間300円/人(おいた子育てほっとクーポン使用可)

日程等の詳細は、市報・毎月のおたより・SNS等をご覧ください

活動内容

- 妊娠期～乳幼児期まで楽しめるイベントを実施しています。
- 子育て情報の提供や、相談もお受けしています。
- 親の学びになるような、親育ちプログラムも定期的を実施しています。(無料託児付)
- ご家族みんなでご利用できるように、毎月1回日曜日も開所しています。(一時預かりはなし)
- ベビー用品を無料貸出しています。(ベビーベッド・ベビーカー・ベビーバスなど)
- ベビー&キッズ服のおさがりを無料で受入・譲渡しています。

利用された方の声

- 予約不要で、気軽に子どもを預けられる場所があって助かります。
- 上の子の時からよいこのへやを知ってはいたけど、来る勇気がありませんでした・・・。
- 第2子から利用していますが、もっと早くから利用しておけばよかったです。
- “子どものために・・・”と思って利用し始めましたが、今では“私の居場所”になっています。
- 近くに祖父母がない場所での子育てで不安ですが、よいこのへやの存在にいつも助けられています。
- 子育て初めての私にとって、先輩ママといつも話せる場所があるのは心強いです。
- 初めての子を妊娠中です。生まれた後に利用できる場所があると知り、安心しました。

スタッフより

可愛い子ども達の笑顔と成長がスタッフの元気の源!
白杵の親子みんなの幸せを願い、“子育ての伴走者”として寄り添いながら応援し続けたいと思っています。
ここでたくさんのお親子に出会い、子育ての喜び・悩み・不安を共有し、相談し合うことで、期間限定の“子育て・親育ち”の時間がグンと楽しくなりますよ♪ お気軽に遊びにいらしてくださいね♪



令和5年9月1日より移転しました!

- 場所：白杵市大字江田1343-1
(アニマードとENEOSの間・駐車場あり)
- TEL：0972-83-4415
- メール：yoikonohaya@circus.ocn.ne.jp
- お問合せ：TEL・メール・SNSダイレクトメッセージ
(子育て支援担当：祖父江)



これから色々和您していきます。
お楽しみに☆



Facebook



Instagram

行事予定や活動報告はコチラ。
お越しになる前に、ぜひご覧になってみてくださいね☆
可愛い写真や子育て情報を載せています(*^^)v

ファミサポは保険のつもりで登録を!

ファミリー・サポート・センター事業をご存知ですか?

助けてほしい人(依頼会員)が、手助けできる人(提供会員)に依頼し、子育てを援助してもらう活動@ファミサポ。(有料)よいこのへやは、センターとして二者間の調整をしています。『へえ～、こんな便利なサービスあるんだ!』と、知っている方が増えるだけでも嬉しいです。“保険”のつもりで登録もOK!
手助けしてくれる親戚がいない、仕事復帰を控えた方にはおすすめしています☆

- 入会&年会費無料 ●利用するには登録が必要ですが登録時に制度・利用方法についてご説明があります。説明&登録は常時おこなっています。お声掛けください。

初回登録で、
小学校卒業まで
利用可能☆



一時預かりについてご紹介します!



↑タイマーで時間を計算

- 日時：よいこのへやの開所時間内(日曜日は除きます)
- 対象：白杵市在住 or 里帰り先が白杵市にあるご家庭の未就学児(どこかの園に就園していてもOK)
- 料金：1時間300円(きょうだい児も同額・30分単位で計算)
- 持ち物：食事(離乳食・ミルク・おやつ)、水分、おむつ・着替え等(調乳のお湯や水はあります。)
- 事由：就労以外ならどんな理由でもOK(就労のための面接等はOK)

予約不要



各種手続き、保護者の方の病院受診(健診・歯医者・整体、産婦人科など)、美容院、ママランチ、断捨離、買い物、引越しの荷造り、ママランチ、息抜きなどの理由で短時間の一時預かりを利用される方が多いです。

4月の報告

