



よいこのへや

体調がすぐれない場合や、
園のクラスが学級閉鎖に
なった場合などの利用は
お控えくださいますよう
お願いします

2026年

日程		イベント名	講師	予約	memo (持ち物等)
8 / 5 (水)	13:00~14:00	ほっこりお話し会	—	要	別室無料託児付
8 / 7 (金)	10:00~11:00	うごいてあそぼ!	専	—	どなたでも・飲み物
8 / 8 (土)~8 / 16 (日)までお盆開所とさせていただきます					
8 / 17 (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	—	生後2ヶ月目~・バスタオル オイル代500円(クーポン可)
8 / 18 (火)	13:30~15:00	イライラとどう付き合ってる? ~心の仕組みからひもとくヒント~	専	要(※1)	別室無料託児付
8 / 20 (木)	10:00~11:30	プレママデー ~ママのための骨盤ケア~	専	要(※2)	どなたでも 相談内容自由
	11:30~12:00	助産師相談会			
8 / 21 (金)	13:30~14:30	ピアノとうたお♪ ~サマーコンサート~	専	不要 (※3)	どなたでも
8 / 23 (日)	10:00~15:00	日曜開所日	—	—	どなたでも
8 / 25 (火)	10:00~11:30	楽ちん抱っこ相談会	専	要	抱っこひも2つまで
8 / 26 (水)	10:30~12:00	赤ちゃんぐっすりねんね講座	専	要	別室無料託児付
8 / 28 (金)	13:30~15:00	手形足形アート	—	要	別室無料託児付
8 / 31 (月)	10:00~11:00	リラックスヨガ	専	要	別室無料託児付・飲み物
8/4(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 ④公式LINEのトーク【①②は開所時間内、③④は24時間受付可(返信翌日になる可能性あり)】					

ファミサポ説明&会員登録随時受付中

※1 イライラとどう付き合ってる? ~心の仕組みからひもとくヒント~

講師: 岐部 薫さん(ちあぽーと臨床心理士)

子育て中は、嬉しいこともたくさんある一方で、思うようにいかずイライラしてしまう日もありますよね。その気持ちは決して特別なことではありません。今回の講座では、「イライラ」と上手に付き合うヒントを、心の仕組みから分かり易くお話しいたします。自分の気持ちを少し理解することで、子育ても、自分自身も、ほんの少し楽になるかもしれません。ほっと一息つきながら、一緒に学んでみませんか?

※2 プレママデー(妊婦さんのための骨盤ケア)

講師: 高橋 比佐子さん(助産師/クレンジングセラピー資格者)

赤ちゃんの部屋@子宮を支える大切な骨盤。その骨盤に歪みがあると、お腹の中で姿勢がかたまり、生まれた後の向き癖など、様々な不具合につながるそうです。非常に優しいタッチでリラックスにもつながる施術、体験してみられませんか?

⑩10:00~ ⑩10:30~ ⑩11:00~ (予約制)

妊娠中の心と身体のこと、何でもご相談あれ☆

※3 ピアノとうたお♪サマーコンサート

のんびりよいこのへやで、アフタヌーンコンサート♪スタッフによる夏の童謡、ピアノ・フルートの演奏など、大人も子どもも楽しめる内容になっています。お子様がお昼寝しちゃったら、大人が音の時間を存分にお楽しみください(*^*)♪ プログラムはSNSにて★

楽しかった
7月♪



ママ薬剤師さんとお話しよう♪
試食の薬膳粥が美味しすぎ♡



1年生@夏休みおいでね♪



アンパンマン
山車に乗る!!!



夏にピッタリ作品が
できました(*^*)!



抱っこ→おんぶ。回されるの
意外と楽しそう♪



大きな声で〇〇くーん!
はあーーーーい!!!



講師の紹介

★ピアノとうたお♪: 児玉 彩さん(ピアノの先生)

★うごいてあそぼ!: 竹村 千晶さん(理学療法士)

★ほっこりお話し: 祖父江 美幸(保育士・子育て支援員)

★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)

★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)

★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)



- 親子利用無料
- 一時預かり
1時間300円
予約不要

妊娠期からどうぞ♡
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

基本紹介

- 開館日：月～金(9-16時)・第1火曜日(11-16時)
第3日曜(10-15時)
- 料金：親子利用無料、一時預かり有料
- 運営：(公社)白杵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

一時預かりについて

- 日時：開館中、予約なしでOK!(日曜日は除く)
- 対象：未就学児(白杵市在住or里帰り先が白杵の方)
- 料金：1時間300円/人
- 理由：お仕事以外ならどんな理由でもOK!
(各種手続・病院・美容院・リフレッシュ・家事など)

活動内容(詳細は下のQRコードより)

- 妊娠期～乳幼児期まで対象のイベントを実施
- 親のリフレッシュや学びになるプログラムも実施
- 子育て情報の提供、相談もお受けしています
- ベビー用品の無料貸出
- ベビー＆キッズのおさがり服を無料で受入・譲渡



17台完備

ベビー用品
無料貸出



白杵市大字江無田1343-1



0972-83-4415
070-4087-1591



公式LINE



Instagram



Facebook



ファミサポ

ファミサポ+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。

1度の登録で、
小学校卒業まで
利用可能☆



プリアップ!..ポ..ファミサポ+!



ママパパ別座談会(コレ大事!)

ママ達はどんな話題でも盛り
上られる!女性の特技ですね☆

普段なかなか話す機会のない
パパ達にとっても、貴重な
時間だったようです☆

今年度第1回目のプレママプレパパフェスを開催しました♪

開催後に協力いただいているアンケートは、毎回高い評価をいただいておりますが、今回はなんと参加者全員が星5つ!★★★★★(ありがとうございます♡)とても嬉しかったので、じっくりご紹介させていただきます(*~*)!

このプレママプレパパフェスは、一般的な両親学級とは内容が大きく違うのが特徴です。沐浴指導などの実技は、あえて行いません。近年は、共働き世帯が増え、近くに頼れる祖父母がいない核家族も少なくありません。そんな環境で子育てをしていくためには、妊娠中からさまざまな子育て支援サービスを知り、「困ったときに、どこへ相談できるのか」「どんな支援を選択できるのか」を知っておくことが、とても大切です。また、赤ちゃんを迎えるこの時期は、夫婦それぞれの考え方や行動をアップデートする絶好のタイミングでもあります。先輩ママパパの体験談を聞いたり、プレママプレパパ同士で気軽に話したりする時間を通して、「こんな考え方もあるんだ」、「一人じゃないんだ」と感じてもらい、これから始まる子育てや家族づくりのヒントになればと思っています。

新たに家族として迎える、大切な赤ちゃん。子育ては、家族だけで頑張らなくて大丈夫。地域には、皆さんを応援する人やサービスがあります。困ったときだけでなく、困る前からつながることで、安心して子育てを始められます。私たちも、その一歩を全力でお手伝いします♡

公式LINEをご活用ください(*~*)

- イベント予約・相談・お問合せいつでもOK!
- ファミサポの依頼にもご利用いただけます。
- 一時預かり中の様子などもお伝えできます。

トーク内容は他の方には公開されませんのでご安心ください♪



【今後の開催】

❖11/8(日)

❖3/7(日)