



ぶらんこ

ぶらんこ利用時間
月曜～金曜 9:00～16:00
TEL 076-464-1158

ぶらんこタイム

毎日10:30頃(イベント時はお休み)
スタッフが手遊び・体操・読み聞かせなどを行います。



さくらんぼくらぶ

毎週木曜日、ボランティアスタッフのみなさんがイベント
を行ってくださいます。(10:30スタート)

マークは支援センターがお休みの日です。

マークはJr.ぶらんこ×駄菓子屋さくらんぼ開催日です。(午後3時半～4時半)

節分＜鬼退治＞&骨密度測定会

(10:30～舟橋会館1階研修室4、大広間)

お豆の代わりにボールを鬼さんに当てて退治しますよ～！
みんなの退治したい鬼はおこりんぼ鬼？泣き虫鬼？な～にかな？
それと、ママ対象に骨密度測定会を行います！出産や授乳でママの骨密度は思った以上にダメージを受けています。骨密度測定を受けて自分自身の体を知りましょう。(骨密度を測定される方は、タイツやストッキングは避けてください)



1日(金)

2日(土)

3日(日)

4日(月)

5日(火)

6日(水)

7日(木)さくらんぼくらぶ

8日(金)

9日(土)

10日(日)

11日(月)

12日(火)ちょこっと相談

13日(水)

14日(木)さくらんぼくらぶ

15日(金)

16日(土)

17日(日)

18日(月)母乳相談

19日(火)

20日(水)

21日(木)さくらんぼくらぶ

22日(金)

23日(土)

24日(日)

25日(月)ぶらんこタイム

26日(火)

27日(水)

28日(木)さくらんぼくらぶ

ママの健康チェック(10:30～支援センター)

子どもの体調管理には敏感なママですが、自分自身のことはつい後回しになってしまいがち。そこで今回は、ママの健康について、日頃気になっていることを質問したり、血圧・脈拍・ストレスチェックをしてもらいましょう！お子さんのためにも、家族のためにも、ママ自身の健康を守ることが大切です♪
2/7(木)の骨密度の結果が気になった方は、その結果を持って相談してみるのもいいですね！

親子でタッチ&ママピクス(10:30～舟橋会館1大ホール)

持ち物・バスタオル等、赤ちゃんを寝かせられるもの
お子さんと一緒に体を動かしてリフレッシュ！！



(10:40～11:30支援センター)

助産師の金岡さんが、個別に母乳の事や婦人科系の相談にのってくださいますよ♪先輩ママに、いろいろ聞いてみましょう。



ベビーマッサージ(10:30～支援センター)

ベビーマッサージの持ち物・バスタオル・赤ちゃんの水分補給できるもの
生後2か月～参加できます！たくさんふれあって心も体もぽかぽかになりましょ

10:30～ママs' お遊び英語(支援センター)

ぶらんこご利用ママさんによる、英語でのぶらんこタイムです。
手遊びや歌、絵本など親子で一緒に楽しく英語にふれあえますよ♪



ひなまつり&2月のハッピーバースデー(10:30～支援センター)

おひなさまのかわいいカードを作りますよ！ハンドベルの演奏もあります♪
2月のお誕生会もやりますよ！
最後にみんなでひなあられを食べてほっこりしましょう(´▽｀)



★インフルエンザが流行する季節です！

こまめに手洗いすることと、人混みの中に出ないこと。睡眠や栄養を十分にとるなど、普段の体調管理も大切です。元気に冬を乗り越えましょう！！

★支援センターの駐車場について

イベント時は、混雑が予想されます。申し訳ありませんが、軽四輪自動車は支援センター向かって右側の駐車場に駐車をお願い致します。