



ひまわり

令和5年10月24日発行
平鹿町子育て支援センター
りんごちゃんひろば
平鹿町醍醐字四ツ屋 76
Tel 080-1650-8987 Fax 25-4033
利用時間 月～金 9:30～15:30
お休み 土日祝日 年末年始

日ごとに秋の深まりを感じます。急激な気候の変化に皆さん体調を崩していませんか？手洗い・うがいはこれからの季節、バイ菌予防の一番の対策です。お出かけ後や食事の前など、しっかり手洗い・うがいをしましょう！（*^▽^*）

醍醐地区交流センター主催のおはなし会に行ったり、みなでお店屋さんごっこをしたり、今月も楽しいイベントを計画していますよ！
そして、今月のりんごちゃん教室は「こんな時、病院行く？」などちょっと迷う受診の日安を保健師さんに教えてもらう講座です。健診では聞けなかった質問も保健師さんとお話できます。ぜひ、参加してみてください。

日	月	火	水(醍醐地区交流センター)	木	金	土
			1	2	3 文化の日	4
5	6	7	8 作ってみよう！ 「car☆カレンダー」 (要申込み)	9 にこにこベビー ベビーマッサージ 醍醐地区交流センター (要申込み)	10	11
12	13 プレママデー (Y²ぶらさ)	14	15 お誕生会＆おはなし会 に行こう！ (要申込み)	16	17	18
19	20	21	22 りんごちゃん教室 「おしえて保健師さん！」 (要申込み)	23 勤労感謝の日	24	25
26	27 プレママデー (山内)	28	29 お店屋さんごっこ (要申込み)	30	〈11月の活動予定〉	

作ってみよう！～Car☆カレンダー～

車に乗って、四季をドライブしよう☆
ずーっと使える日めくりタイプの万年カレンダーを作ってみよう！

《日時》11月8日(水) 10:30～11:30

《場所》醍醐地区交流センター

要申込み



《プレママデー》～マタニティヨガ



初妊婦さん、第2子、第3子妊娠中などすべての妊婦さんを対象にした講座です。

【日時】 11月13日(月) 10:10～11:45 (受付 9:50～)

【場所】 Y²ぶらさ 2階 児童センター内

【内容】 マタニティヨガ

【対象】 医師、助産師さんから運動許可の出ている妊婦さん、子育て中の方

【参加費】 500円 【定員】 7名程度

【託児】 申込み時にお知らせください(託児は妊婦さんのみとなります)

【持ち物】 ヨガマットまたは大判バスタオル、汗ふきタオル、飲み物

【服装】 ストレッチ系(ジャージなど)の動きやすいもの※当日は裸足で行います

【申込み締切】 11/6(月) 定員になり次第、締め切らせて頂きます

申込み・問合せ

横手市子育て支援センター ☎0182-32-2426

横手市内各支援センターでも受付しています

《プレママデー》～「毛糸でつくるクリスマス マスコット」～

☆日時 11月27日(月) 10:00～11:30 (受付 9:45～)

☆場所 山内子育て支援センター(さんない保育園内)

☆対象 妊婦さん・未就園児とその保護者

☆参加費 無料

☆定員 4組(定員になり次第、締め切らせていただきます)

☆持ち物 飲み物・いつものお出かけセット

☆申込み締切 11/20(月)

申込み・問合せ

山内子育て支援センター ☎0182-53-2172

横手市内各子育て支援センターでも受付しています



第5回 りんごちゃん教室 「おしえて保健師さん！」

【日時】 11月22日(水) 10:30～11:30 (受付 10:00～)

【場所】 浅舞地区交流センター(旧 平鹿生涯学習センター)2階和室

【講師】 平鹿地域局市民サービス課 保健師

【持ち物】 いつものお出かけ用品

【定員】 10組程度

【申込み期間】 11/6(月)～11/15(水)

※申込み 平鹿町子育て支援センター

☎080-1650-8987



楽しかったね！

10/13 りんごちゃん教室「くだもの作り」



真っ赤なりんごが
採れました！



10/19 秋の園庭であそぼう！
(醍醐保育園)

