



横手市東部子育て支援センター

1月 なかよし

R7.12.16 発行

今年も残りわずかとなりました！新しい年はどんな楽しいことが起こるのか、どんな年にしようか、考えるとワクワクしますよね。ますます寒い日が続きますが、ごはんをたくさん食べて元気に過ごしましょう♪横手市東部子育て支援センターでは、親子で楽しめるイベントをたくさんご用意して皆様をお待ちしております♪来年もよろしくお願いします。

## なかよし広場



なかよし広場とは主に未就園児のお子さんとご家族を対象に、0歳児（こっこちゃんクラス）1歳児以上（うさちゃんクラス）の年齢に分けて交流や季節の遊びを楽しめる登録制の広場です。横手市内の方はもちろん、市外の方もご参加できますのでお待ちしております。

### ～うさちゃんクラス～ お買い物ごっこ

- ☆日 時／令和8年1月23日(金)  
午前10時15分～11時30分（受付10時～）
- ☆内 容／ジュース・ハンバーガー・ケーキ・アイス・雑貨などのお店屋さんやお客さんになってお買い物ごっこを楽しめます♪
- ☆場 所／朝倉地区交流センター
- ☆申込み締め切り／1月21日(水)

### 「ミニなかよし広場・合同クラス」

#### お買い物ごっこ

- ☆日 時／1月23日(金)  
午後2時30分～3時
- ☆場 所／横手市児童センター内
- ☆申込み締め切り／1月21日(水)



《問い合わせ&申込み》  
横手市東部子育て支援センター  
☎32-2426

### ちょこっとタイム

ダンスや絵本の読み聞かせ、製作などを一緒に楽しみましょう♪内容は日によって変わりますのでお楽しみに♪  
午前10時45分～11時 午後3時～3時15分

令和8年1月17日(土)、18日(日)、31日(土)、2月1日(日)  
★1月17日(土)午前中のちょこっとタイムは、『アンサンブル・ニッセ』さんが来て、演奏会をしてくれます♪



横手市の子育て情報が盛りだくさん♪

はぐはぐ

<https://www.haguhagu-yokote.jp>



・発 行・  
横手市東部子育て支援センター  
(Y2ぶらざ 2階)  
横手市駅前町1-21  
TEL 32-2426 FAX 32-4054  
開設時間 午前9時～午後4時30分  
(横手市児童センター)  
平日 午前9時～午後6時  
日・祝 午前9時～午後5時

## ☆わたし力UP!講座☆

子育てから少し離れてリフレッシュしたり、子育てに役立つものを学べるのが「わたし力UP!講座」です♪

### ヨガでリフレッシュ！～骨盤調整～

ゆっくり身体を動かしながらヨガでリラックスしましょう。ヨガをやったことがない方も大歓迎！



- ☆日 時／令和8年1月27日(火)  
午前10時～11時30分
- ☆場 所／Y2ぶらざ 3階 研修室3
- ☆内 容／ヨーガ療法士 又井由貴子先生によるヨガ
- ☆対 象／子育て中の方（妊娠の可能性がない方）
- ☆定 員／12名
- ☆参加費／500円
- ☆託 児／無料（申し込み時にお知らせください）
- ☆持ち物／ヨガマット（ある方はご持参ください）
- ☆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
- ☆申込み締め切り／1月20日(火)

### みそ作り体験♡

講師の先生に教えてもらいながらみそ作りを体験しませんか？

- ☆日 時／令和8年2月6日(金)  
午前10時～11時30分
- ☆場 所／朝倉地区交流センター
- ☆内 容／新山食品加工場の方に教えてもらいながらみそ作りをします。
- ☆対 象／子育て中の方
- ☆定 員／15名
- ☆参加費／500円
- ☆託 児／無料（定員あり）
- ☆持ち物／持ち帰り用容器（2～2.4ℓくらいのもので、あれば丸型の容器）、エプロン、三角巾
- ☆申込み締め切り／1月30日(金)

申込み&問い合わせ  
横手市東部子育て支援センター  
0182-32-2426

### ★児童センターあそびの時間★

#### ぴよぴよらんど（主に未就園児向け）

毎週木曜日 午前11時～11時30分

1月15日 おへやをかぞろう

22日 新聞紙びりびり！

29日 節分クッキング

#### わいわいスペシャル

1月10日(土)、11日(日)、12日(月)

ぐるぐるだこをつくろう♪

24日(土)、25日(日)

ポンDEけん玉



ママ&妊婦さん

mamaトーク！毎月第3火曜日

1/20(火) 午前10時45分～11時30分  
(児童センター内)

子育て中のママや妊婦さんで、おしゃべりしましょ♪

子育てについてはもちろん、おすすめのお出かけスポットや日頃のささいなことなど、テーマ以外のお話でもOK！保健師さんも来てくれますよ♪子育て支援センタースタッフも一緒に参加しますので、お気軽にご参加くださいね！10時30分からお子さんの身体測定も行います♪

今月のテーマは…

「歯磨きどうしてる？」



## プレママデー

横手市の3つの子育て支援センターでは、「妊婦さんの時期から子育て支援を！」をテーマに、すべての妊婦さんを対象とした講座を企画して毎月開催しています☆

### マタニティヨガ

- ♥日 時／令和8年1月19日(月)  
午前10時10分～11時30分（受付9時50分～）
- ♥場 所／Y2ぶらざ2階 児童センター内
- ♥内 容／ヨーガ療法士 又井由貴子先生によるマタニティヨガ
- ♥対 象／医師または助産師から運動許可でのいる妊婦さん、子育て中の方
- ♥参加費／500円
- ♥定 員／10名
- ♥託 児／無料（1月12日(月)までお知らせください）
- ♥持ち物／飲み物、ヨガマット（ある方はご持参ください）
- ♥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
- ♥申込み締め切り／1月16日(金)
- ☆定員になり次第、締め切らせていただきます
- ☆申込み・問い合わせ☆  
横手市東部子育て支援センター ☎32-2426

### メモリアル☆クラウン作り

- ♥日 時／令和8年1月28日(水)  
午前10時30分～11時30分（受付10時10分～）
- ♥場 所／西部子育て支援センター  
(子どもと老人のふれあいセンター内)
- ♥内 容／お誕生日などで使えるフェルトで作るかわいい王冠を作ります。
- ♥対 象／妊婦さん、子育て中の方
- ♥参加費／無料
- ♥定 員／8組
- ♥申込み締め切り／1月21日(水)
- ☆定員になり次第、締め切らせていただきます
- ☆申込み・問い合わせ☆  
横手市西部子育て支援センター ☎26-3520  
(午前10時～午後4時)

◎プレママデーの申込み&問い合わせは、横手市内の各子育て支援センターで受け付けております。

### ～臨時休館のお知らせ～ ★12月8日(月)～令和8年1月9日(金)

横手市児童センターの床部分張替え工事のため、

臨時休館となります。

ご不便をおかけして申し訳ありませんが、ご理解とご協力のほどよろしくお願いします。

朝日が丘児童センター、大森子どもと老人のふれあいセンターは通常通り開館しておりますので、ご利用ください。

