

NPO法人 子育て応援ナビぽっかぽか が作成しています。

第124号 令和元年 5月17日発行

みんなの広場・ぽっかぽか／出張ひろば・ぽっかぽか
(倉敷市美和1丁目8-5 山内服装専門学校2階)

TEL (086)427-5550 FAX (086)436-6270



ぽっかぽか通信

6月
の予定

倉敷市委託

地域子育て支援拠点事業

☆毎週水曜日は、赤ちゃんタイム☆

水曜日(10時から12時)は 6か月までの赤ちゃん和妈妈、そしてプレママの時間です。

12時から15時まで は、みんなの時間です。

☆毎週木曜日は、0+1 (ゼロいち) の日☆

木曜日は 0歳、1歳の親子のみの時間です。

月	火	水	木	金
3	4	5	6	7
10	11	12	13	14
17	18	19	20	21
24	25	26	27	28

毎週(火) 10時30分から11時30分まで
13時 から14時30分まで
きょうこおばちゃんのかいれい字ママ講座

初回 1,000円 2回目以降 700円(月2回受講可能な方)

お子さんとともに別室で受講します！

6月4日(火) 13時30分から15時まで
抱っこで疲れた肩をもみほぐします♪

15分700円 4人まで。要予約制。

ママセラピストのともかさんの出張施術♪

うつぶせで肩周辺をほぐしていきます。

6月12日(水) 10時～11時20分まで
kamekameさんのペーパーアート講座♪

父の日のプレゼント作りです。

●アルバム (小) 1,000円 (大) 1,800円

●手形足形フレーム 各2,000円

お問い合わせ・申込は、

kamedayokamekame@gmail.com お願いします。

6/21(金)10時～12時まで

「おんぶと抱っこ」講座が大好評♡

NPO法人子育てを楽しむ会の迫きよみさんが、

みんなの広場に遊びに来てくれますよ♪

乳幼児クラブ in
ぽっかぽか(春期)
月曜日に実施中♪

きくちゃんの何でも相談タイム は
(10時から12時)

6月 27日(木) みんなの広場

6月 14日(金) 出張ひろば

【きくちゃんの何でも相談タイムとは・・・】

助産師 長谷川喜久美さんが来てくれます。ちょっと気になるこんなこと、あんなこと、相談してみませんか？



出張ひろば・ぽっかぽか(倉敷幼稚園)

毎週金曜日 10時から15時 のみ開所☆

※ 幼稚園東門のインターホンを必ず押してください。

スタッフが迎えに行きます。

正門のインターホンは幼稚園用なので、押さないでね。

子育てコラム～眠りが育てる子どもの力

睡眠環境の続きです。そろそろ暑くなってきました。お布団はどうしていますか？ 日中が30℃を超える日もあります。枕は3歳ぐらいまでは要りません。ですが後頭部はよく汗をかきますからシーツなどはこまめに洗濯をしてあげてくださいね。また、敷布団は柔らかすぎるものは避けて、まだ柔らかい身体を支えてくれる少ししっかりとしたものの方がお勧めです。自分でまだ寝返りを打てない間は特に窒息する危険のあるものが顔のまわりにならないように注意してください。掛け布団は軽いものが良く、通気性のいいものがお勧めです。羽毛ふとんがあればいいですが、綿わたのふとん、羊毛のお布団も大丈夫。化繊(アクリルやポリエステルなど)のお布団は汗をよくかく赤ちゃんや子ども達にはお勧めできません。その場合はカバーやシーツを綿素材を選んであげてください。また寝る時に着るパジャマなどは出来るだけ綿100%の素材にしてあげてください。とはいっても昨今、綿(コットン)100%表示のパジャマを探すのもむずかしいようです。綿70%ポリエステル30%などできるだけ綿の比率の高いものを選びましょうね！お腹を出して寝ていると身体を冷やすので綿ニットや綿のパイル地の腹巻などがあれば、真夏にも重宝します。お買い物のときに素材のチェックもしてみてくださいね！

睡眠改善シニアインストラクター 原 陽子

知っていますか？産じよく期ヘルパー

核家族の家庭等で、出産後の家事や育児等が困難になったとき、ヘルパー（保育士など）が訪問するサービスです。出産日から4か月間で10日まで（多胎児出産の場合は出産後1年間で25日まで）利用できます。事前登録が必要です。

2時間以内 1,610円 2～4時間以内 3,220円

（9:00～17:00の間で 1日最大4時間まで）

新年度になったので
保険料1,000円（年度毎）
が必要です。

託児サービス（要予約）を

「みんなの広場・ぽっかぽか」で行っています！

- ・1時間300円 1日最大4時間まで（初回は1時間から）
- ・ひろば利用登録をした人が対象（生後6か月～）
- ・利用日1か月前から予約可能
- ・直接 広場に来所の上予約手続きをしてください。
空き状況は電話確認可

「みんなの広場・ぽっかぽか」（山内服装専門学校2階）

月～金曜日 10時～15時まで（祝日は休み）

「ひろば・ぽっかぽか（出張ひろば）」（倉敷幼稚園2階）

毎週金曜日 10時～15時まで（祝日は休み）

【みんなの広場&出張ひろば 利用案内】

専用駐車場はありません。祝日はお休みです。

詳しくは、WEBをご覧くださいね。

※ 午前9時以降で、倉敷地域に何らかの気象警報発令の場合お休みです。

