

# ひだまり

発行 子育て支援センターひだまり  
 住所 霧島市溝辺町麓2560 照明保育園内  
 電話 0995 58-3005

ひよひよ	ひろば	開放	マタニティとひよこちゃん	ひろば
	1	2	3	4
	フリータイム	開放	休館	フリータイム
	開放	開放	祝日	開放
7	8	9	10	11
ホホバクリーム作り(有料)	ホホバクリーム作り(有料)	wakuwaku(支援開放)	サークル	フリータイム
開放	開放	開放	開放	開放
14	15	16	17	18
手形で製作遊び	手形で製作遊び	開放	中玉利先生講演 心がつながるおむつ替え	暮らしのおへそ(ヨガ教室) 西川純子助産師
開放	開放	開放	開放	休館(会議)
21	22	23	24	25
園庭で遊ぼう	サークル	休館	家族の日(父親支援)	フリータイム
開放	開放	祝日	開放	開放
28	29	30		
大きくなったかな!? ウィーク	うどんを作って食べよう「予約10組」	開放		
ひよひよ	ひろば	開放		

## 育児相談

月～金曜日 10時～15時  
 子育てには悩みはつきものです。人に話すことで気が楽になることもあります。秘密は厳守します。電話 対応も可能です。

## ひろば

火曜日 金曜日  
 1歳半以上の未就学児が対象  
 10時～15時まで

## マタニティとひよこちゃん

第1・3木曜日 10時～12時  
 妊婦さんと1歳未満の子が対象

## ひよひよ

月曜日  
 0～1歳半以上が対象  
 10時～15時まで

- ひだまり支援センターは月～金 10時～15時まで開放しています。
- 上記のように曜日ごとに年齢に応じたプログラムは決まっていますが、支援センターは開放しています。対象日以外でもお気軽にお越し下さい。

## 暮らしのおへそ

18日(金曜日) 10:30～  
 助産師 西川純子先生による  
 「私の体を整えよう」ヨガ  
 ヨガマットorバスタオル水筒持参  
 動きやすい服装で!

うどんを作って食べよう!(要予約10組)  
 親子でうどん作りをします。  
 エプロン・三角巾を持参  
 11月29日(火)10時30～

## wakuwaku!!じかん(フリースペース)

9日 10時～(7日まで要予約)  
 昼間お家で一人の子どもたち、一緒に過ごそう!!また親同士でおしゃべりを楽しみませんか?お気軽にお電話ください♪  
 昼食代有料・帽子・着替え・水筒持参  
 学童スタッフも一緒です。

## 「親と子の心がつながるオムツ替え」

講演 \*中玉利恵理子先生  
 11月17日(木)10:30～  
 0歳児～1歳半対象・要予約