



# ぶらんこ



2/16 (金) 10:40～11:30

## 母乳・婦人科相談

ぶらんこ利用ママの岡岡さん(助産師)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♪

## 2月16日 " 今月のちょこっと相談 " << 生活リズム >>

そろそろ新生活の始まる時期がきましたね～。どんな風に生活リズムつけたらいいのかな？

なかなか寝ないのだけど、どうしたらいいのかな？

日頃の些細な疑問を、保健師さんとお話してみませんか！？

テーマ以外の質問、悩み、疑問もぜひ聞かせてください

個別にお話できる時間もあるので、気軽に参加してくださいね(〇)/

ぶらんこ利用時間 月よう～金よう 9:00～16:00

※ぶらんこタイム…毎日10:30ごろ(イベント時はお休み)

スタッフが手遊び・体操・読み聞かせなど行います。

月	火	水	木	金
			1 鬼退治と骨密度測定会	2
5	6 ※3Fホール午後×	7	8	9
12 お休み	13 ※3Fホール午後×	14 AB	15	16
19 ※3Fホール午後×	20 ※3Fホール午後×	21	22	23 食改さんイベント
26 ※3Fホール午後×	27	28 ※3Fホール午後×	3月1日 ひな祭り	2

- \*さくらんぼくらぶ AB \*初めてのABC  
オープン 10:00 …バナナクラス  
イベント開始 10:30 (アーロンとあそぼう)  
10:30～11:00
- \*ちょこっと相談 …オレンジクラス  
10:30～11:30 (アーロンとおしゃべり)

## \* ぶらんこからのお知らせ \*

\* 4月15日からぶらんこの場所が移動することになりました！！

現在の舟橋村学童保育室でリニューアルオープンです☺ 詳しくはあとで記載していきます。

\* はじめてのABCは今年度で終了になります。2月14日と3月14日の後二回アーロン先生と楽しんでいきましょう！！

\* 身体計測はいつでもできますので、気軽にスタッフに声をかけて下さいね♪

\* 忘れ物が増えてます！心当たりのある方はスタッフに声をかけて下さい！

## さくらんぼくらぶ案内 ☆予約はいりませんよ☆

### 2月1日 節分 鬼退治&骨密度測定会

鬼は～外 福は～内 みんなで鬼退治するぞー！！おやつとお豆も食べちゃいましょう(〇)/

骨密度測定会もあります！来ていただいた方から順番です☺

2分ほどで終わるので、ぜひこの機会について測定してみして下さい

☆裸足で測定しますので、すぐ脱げる靴下で来られるといいですよ

### 2月8日 ベビーマッサージ

久保先生のベビーマッサージです(持ち物:バスタオル)

### 2月15日 親子でタッチ&ママピクス

お子さんと一緒に身体を動かしてリフレッシュ！

### 2月22日 絵本の日&ママ部

絵本と触れ合う時間の後は、3月のひな祭りの工作準備と一緒にしませんか！？持ち物はいりませんよ～お待ちしております♪

## 食改さんコラボ企画！！

### 「簡単手作りおやつ」

申込期間：1月29日～2月16日

\* 来所にて申込用紙のご記入をお願いします

日時：2月23日(金) 10:30～12:00

場所：舟橋会館 大広間

材料費：一家族200円

定員：15組

持ち物：飲み物、使い慣れた食具、必要に応じて軽食持ってこられても良いですよ☺

村の食生活改善推進員さん(通称:食改さん)がおやつを作ってくださいませよ～

いつから?どんなものを食べさせたらいいのかな?おやつ、捕食の意味など栄養士さんから色々なお話も聞けますよ(〇)

ぜひこの機会に食改さん、栄養士さんに日頃の質問疑問を聞いてくださいね！