

**\*\*舞鶴市西市民プラザ子育てひろば事業\*\***



子育てひろば ひまわり  
**7月**



西市民プラザの「親と子の広場」が週4日、子育てひろば“ひまわり”になります。  
親子も、おじいちゃんおばあちゃんも、みんな一緒にのんびり♪ほっこり♪できる場所・・・  
それが子育てひろば“ひまわり”です!!

ひまわり ってどんなところ??

まちづくりサポートクラブは舞鶴市より、  
「子育てひろば」事業の委託を受けています。

- 「親と子の広場」で月・火・水・金曜日 10:00～15:00 まで、ひろばスタッフが常駐します。スタッフは皆さんとおなじ子育て中の母です♪  
(親と子の広場は 9:00～18:00 までご利用できます)
- 「体育部」「おでかけひまわり」「カンガルーママ広場」他、講座・イベント開催♪
- 「だっこひもお見立て会」「赤ちゃんのやわらか抱き方講座」では、手作りだっこひもやスリング、おんぶひも等の試着や購入もできます。  
おんぶやだっこについての相談などに応じています。

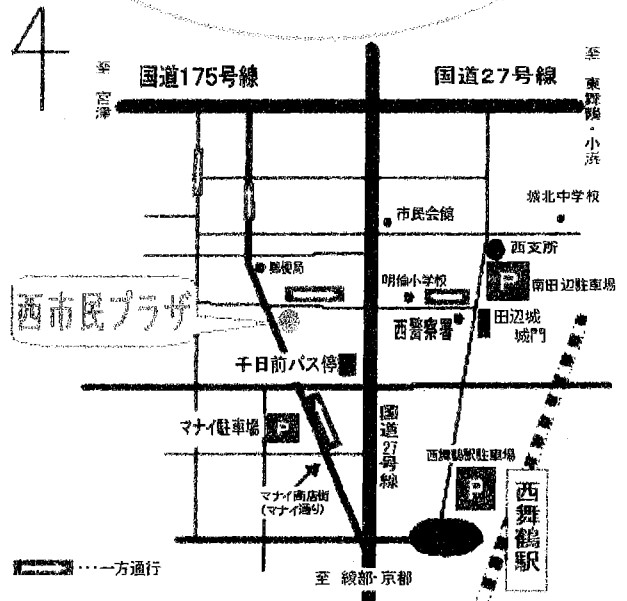
7月の予定

- 2日(月)ひめトレ体験会
- 3・17日(火)みずなぎパン屋
- 10日(火)カンガルーママ広場@橘幼稚園
- 11日(水)プラザサロン“にこにこ”
- 12日(木)きっずあーと
- 13日(金)だっこひもお見立て会
- 19日(木)Art Start@陶芸館
- 24日(火)ひとみさんがおるデイ

**\*\*\*\*西市民プラザ親と子の広場\*\*\*\***

- 9:00～18:00 まで、乳幼児と保護者の方が一緒にご利用できます。(無料)
- 授乳室、オムツ替えシート、子ども用トイレがあります。
- 木のおもちゃや遊具で遊ぶことができます。
- 赤ちゃん用の身長・体重計があります。
- 床暖房で冬場もあたたかです。
- 子育て支援事業の情報が得られます。

主催：問い合わせ NPO法人まちづくりサポートクラブ  
舞鶴市円満寺 158-6 舞鶴市西市民プラザ  
ひまわり専用電話 0773-77-0102  
西市民プラザ電話 0773-77-0086  
FAX 0773-77-0508  
Mail: matisapooyako@yahoo.co.jp



Facebook ページ 「子育てひろば ひまわり」もよろしく♪

子育てひろば事業・ひまわり開催時のみ、マナイ商店街駐車場 1時間無料券を配布いたします。

エプロンスタッフに声をかけてください♪

# 子育てひろば ひまわり 月間スケジュール 7月

ひまわりは平日の月・火・水・金の10時～15時までOPENしています♪

ただしイベントや研修により変更があります、下記のカレンダーでご確認ください

時間記入の無い日は「ひまわり」はお休みです

(エプロンスタッフはいませんが、親と子の広場は開館しています♪)

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	ひめトレ体験会	10:00～12:00 みずなぎパン屋	10:00～15:00		10:00～15:00	
8	9	10	11	12	13	14
	10:00～15:00	カンガルーママ広場 @橘幼稚園	プラザサロン にここに	きっずあーと	10:00～12:00 だっこひもお見立て会	
15	16	17	18	19	20	21
	海の日	10:00～15:00 みずなぎパン屋		Art Start @陶芸館	10:00～15:00	
22	23	24	25	26	27	28
	10:00～15:00	10:00～15:00 ひとみさんが おるデイ	10:00～12:00		10:00～15:00	
29	30	31				
	10:00～15:00	10:00～12:00				

**☆ひめトレ体験会**  
2日(月)13:30～15:00  
場所 3F集会室

\*参加費 1200円(体育部員1000円)  
\*託児負担金 子ども1人500円  
ストレッチボールを使った  
骨盤底筋群のエクササイズです♪  
お腹も姿勢も美しく!  
詳しくは専用チラシをご覧ください。

**みずなぎパン屋**  
3日・17日(火)  
11:30～12:00頃まで  
場所 1Fふれあい広場

みずなぎ鹿原学園さんのパンの販売です。  
種類も豊富♪  
ランチやおやつにどうぞ!

**☆カンガルーママ広場@橘幼稚園**  
～ハハのこころとカラダを大切に～  
10日(火)10:00～11:30  
場所 橘幼稚園

\*参加費 300円(地元産の茶菓子付)  
\*対象 乳幼児を子育て・孫育て中の方、妊婦  
ミニ講座付きのおしゃべり座談会です。  
お子さんと同室でご参加いただけます  
見守り託児スタッフもいますよ!  
専用申込み用紙でお申込み下さい♪

**プラザサロン"にここに"**  
11日(水)10:00～12:00  
場所 1F展示室

配食ボランティアの五和会さんが、  
くつろぎの場を提供しています。  
保健師の血圧測定、  
アロマスタッフの癒しのコーナーもあります。  
畳に座って、親子でお食事やお茶ができますよ♪  
今月のメニューは、  
\*生姜ご飯・汁物(300円)  
\*コーヒー・抹茶・紅茶(各100円)  
\*アロマハンドトリートメント(500円)  
\*アロマフットトリートメント(1000円)

**☆きっずあーと**  
12日(木)9:30～12:00  
場所 2Fゾーン

NPO法人ひとなす風のこっこによる、  
えのぐで自由に絵を描く会です♪  
\*参加費500円\*教材費500円  
\*お申し込み・お問い合わせ  
風の子共同保育園 0773-44-0125

**だっこひもお見立て会**  
13日(金)10:00～12:00頃まで  
場所 1F親と子の広場

自分のからだにぴったりあった抱っこひもは、  
とっても楽ちん♪  
抱っこするのが楽しくなりますよ～。  
お気軽に試着してみてくださいね♪  
布小物も取り扱っています。

**☆Art Start@陶芸館**  
19日(木)①10:00～12:00  
②13:30～15:30  
場所 陶芸館

\*参加費 1,000円(粘土代他)  
\*対象 乳幼児と保護者  
11月13日(火)にも参加できる方優先。  
乳幼児がArtに出会うArt Start  
今回は、陶芸家の高井 晴美さんと  
植木鉢を作ります♪  
詳細は、専用チラシをご覧ください。

**ひとみさんがおるデイ**  
24日(火)10:00～12:00  
場所 1F親と子の広場

ほっとする助産師、ひとみさんが  
ひろばにいますよ～♪

☆印のイベントは、事前お申し込みが必要です。