


















ひろひろば カレンダー マークは行事のある日です。

12月

1月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7 	8	9	10
11	12 	13	14 	15	16 	17 
18	19 	20	21	22 	23	24
25	26	27	28	29	30	31

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4 	5	6	7
8	9	10	11 	12	13	14
15	16	17	18 	19	20 	21
22	23	24	25 	26	27 	28
29	30	31				

おしゃべりひろば 10:30~ (ひろばにて)

4~6人のグループになり、みんなで楽しくおしゃべりしましょう！親子の手遊びコーナーもあります。ボランティアの見守りもありますよ。気軽に参加してくださいね♪

プキ誕生会 10:30~ (ひろばにて)

誕生月のおともだちを、ひろばに来ているみんなでお祝いします。内容は手遊びや読み聞かせなどで、どなたでも参加できます☆

あかちゃんひろば 10:30~12:00 (研修室にて)

- ・12月 対象：1~6ヶ月の親子<受付 11月25日~>
 - ・1月 対象：1~11ヶ月の親子<受付 12月22日~>
- 定員10組(先着順・要予約)TELでお申し込みください。

ナチュラルクリーニング(NC) 10:45~ (ひろばにて)

「みんなのひろばはみんなできれいにしよう」と、利用者さんたちのアイデアで始まった、月1回10分程度のお掃除タイムです。

プレママひろば 10:30~ (ひろばにて)

妊婦さんのためのおしゃべり会です。初産婦さんも、経産婦さんも一緒に出産のこと育児のこと、ワイワイおしゃべりしましょう♪

《ひろばの利用時間》 月~金曜日 9:00~17:00 土曜日 9:00~16:30 (日・祝はお休み)

年末年始のお知らせ

●12月28日(水)のひろば利用は正午までです。

●12月29日(木)~1月3日(火)はお休みです。

子育て支援情報

ファミリー・サポート・センター子育て応援講座開催!

9月29日(木)に『手軽にできるプラス一品料理~中食を使って~』と題して、平成28年度第2回子育て応援講座を行いました。(※中食とは、惣菜やコンビニ弁当等、調理済みのものをさします。)その中の1品『きんぴらごぼう de 簡単うの花』のレシピを紹介します。

牛乳が苦手な人にも挑戦して欲しい1品です!ほんの少し手を加えるだけで、見た目も味もグッと素敵になりますよ♪



用意するもの(2人分)

きんぴらごぼう	50g
水	100cc
おから	70g
牛乳	100cc
塩	0.5g
ねぎ(小口切り)	適宜

きんぴらごぼう de 簡単うの花 作り方

- ① きんぴらごぼうを少し細かく切る
- ② フライパンに水と①と塩を入れ、弱火で10~15分煮る
- ③ ②におからと牛乳を加え、水分がなくなるまで炒める(焦がさないように)
- ④ 最後にねぎを加え混ぜ、器に盛る

*詳しくは呉市ファミリー・サポート・センターまでお問い合わせください。TEL(0823)25-4122

くれくれ*ば カレンダー

12月



は子育てサロン

日	月	火	水	木	金	土
☆12月6日(火)の「知っておきたい子どもの冬の病気について」は呉医療センター 研修医の先生がお話してくれます。保健師さんも来てくれますよ。 ☆12月17日(土)の「元気の出る歌うたおうよ!」は呉少年合唱団の 子どもたちが素敵な歌声を聴かせてくれます♪				1 サンタを作ろう!	2	3
4 休み	5 あかちゃんサロン	6 知っておきたい子どもの 冬の病気について	7	8 リトミック	9 ちよっとおでかけ 絵本会	10
11 休み	12	13 誕生会	14	15 クリスマス会	16	17 元気の出る歌 うたおうよ!
18 休み	19	20 元気にノリノリ♪	21	22 みんなでドレミ	23 天皇誕生日 休み	24
25 休み	26	27 ハッピー♡ リトミック	28 午後休み	29 休み	30 休み	31 休み

12月28日(水)は正午までです。なお、12月29日(木)～1月3日(火)はお休みです。

1月

日	月	火	水	木	金	土
1 元日 休み	2 休み	3 休み	4	5 お正月遊び	6	7
8 休み	9 成人の日 休み	10 誕生会	11	12 みんなで おしゃべり会	13 ちよっとおでかけ 絵本会	14
15 休み	16	17 ハッピー♡ リトミック	18	19 手品show	20	21 冬の製作
22 休み	23	24 新聞あそび	25	26 みんなでドレミ	27	28
29 休み	30	31 元気にノリノリ♪	今年もよろしくお祈いします。 たくさんの笑顔と出会いがある1年になりますように♪			

育自サロン 2月17日(金)&24日(金)

ママ友欲しい方
大募集!

10:30~12:00 研修室にて 6組要予約 2回1セット

少しの間、子どもを預かってもらいながら、「自分の育児」「自分自身」
を話すことで、お互い育ち合うママのためのおしゃべりサロンです。

1月17日より受付を開始します。気軽にスタッフに声をおかけください。
(TEL可)

ちよっとおでかけ絵本会・・・毎月第2金曜日

11:00~

ひろばにて絵本会があります。

絵本を中心に手遊びやわらべ歌も紹介してくれます♪
心温まるひとときです♡



誕生会

毎月第2火曜日は誕生会です。

10:15~希望者は身長体重を測定できます。

誕生月のおともだちには、プラ板のプレゼントがあるよ♪



子育てサロン

火曜日・木曜日・第3土曜日

(10:00~12:00)

*カレンダー内のテーマは11:00からはじめます

《ひろばの利用時間》月~金曜日9:00~17:00 土曜日9:00~16:30 (日・祝はお休み)