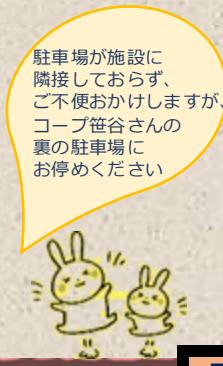


## 2月予定表



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 豆まき 10:30~11:30	4 フリーの日	5 フリーの日	6 キッズリトミック 10:30~11:00	7 オムツ交換 練習の日 10:00~12:00 13:00~15:00
8 休	9	10	11 建国記念の日	12 フリーの日	13 ぴよぴよフリー の日 10:30~11:30	14 ままの ほっとタイム 10:00~12:00 託児付き
15 休	16	17	18 子どもの食事 10:30~11:30	19 フリーの日	20 ぴよんぴよんの日 親子であそぼう~ 10:30~11:30	21 フリーの日 託児付き
22 休	23 天皇誕生日	24 フリーの日	25 ぴよぴよの日 ベビーちゃん体操と ママのストレッチ2 10:30~11:30	26 フリーの日	27 2月・3月 お誕生会 10:30~11:30	28 両親学級 10:00~12:00



Instagram



H P



●イベントや講座の予約は、事前申込となり、前月の20日頃、SNS等でお知らせしています

●発熱・咳・鼻水・発疹・嘔吐など  
体調不良がある場合、みなさんが広場を安心して利用する為に、来館をご遠慮願っております  
ご不便おかけしますが、ご協力よろしくお願ひします 館内でのマスク着用は各自、自由です

みんなの家の  
利用方法

★平日(月~土) 開館しています。  
★カレンダーの空欄の日はフリーの日です  
　当日の予約で、子育て親子がメインで  
　利用できます。  
【利用方法】当日下記時間帯にお電話で予約  
・午前は 9:00~ 午後は 12:30~  
【利用時間】・午前 9:30~12:30  
　・午後 13:00~15:30の間に  
　お子さんの生活リズムに合わせて、お好きな時間に遊びに来て、お好きな時間にお帰りください。

子育て支援センター  
「みんなの家@ふくしま」

■運営団体：NPO法人ビーンズふくしま  
〒960-0241 福島市笹谷字清水14-12  
駐車場：コープ笹谷店裏(大駐車場南側)



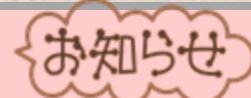
TEL024-572-4690

mail : [kosodate.minnanoie@beans-fukushima.or.jp](mailto:kosodate.minnanoie@beans-fukushima.or.jp)

【開館日時】月~土 9:30~15:30

【休館日】日・祝・年末年始

## 3月の予定



- ・相談day
- ・パーソナルカラー
- ・ぴよぴよの日
- ・手形アート
- ・子どもの食事
- ・ぴよぴよフリーの日
- ・ぴよんぴよんおひなさま
- ・両親学級
- ・親子でヨガ
- ・プレママプレパパ練習日

## 一時預かり こくまのへやのお知らせ

時には、お子さんを預けてご自身の病院や、リフレッシュのお時間などつくられませんか？育児をしていくうえで、ママだけの時間を持つてみるのは必要で、日々頑張っているママだからこそ、ご自身も大切にされてくださいね。生後6カ月よりお預かりしています。オリエンテーションで利用方法など説明を受けられて、火・水・木の中で午前・午後・1日のお時間枠をお選びください。

### 豆まき

2月3日(火) 10:30～11:30

みんなの家恒例の笑いあり、涙ありの豆まきです！親子で豆をまいて、今年1年の福を呼び寄せて鬼は外～をして邪気払いしましょう。鬼の面を作るので、よかつたらお家の豆まきにつかってくださいね。ご参加お待ちしています。

★要申込 ★定員7組くらい ★参加費100円

### キッズリトミック

2月6日(金) 10:30～11:00

なっちゃん先生のわくわく楽しいリトミック音楽に合わせて体を動かし心身のバランスを促す時間を過ごします。寒い時期は、身体を動かすのが少ない時なので、ママもご一緒にリトミックを楽しんでくださいね。

★要申込 ★定員5組 ★参加費300円

### オムツ交換練習の日

2月7日(土) 10:00～12:00 13:00～15:00

プレパパ・プレママ向けに抱っここの仕方やおむつ交換など練習出来る日です。じっくり練習できますよ。お子さんの誕生前に体験してお子さんのいる生活をイメージされてくださいね。

★要申込 ★定員午前2組 午後2組 ★参加費無料

### ぴよぴよフリーの日 0歳児さん対象

2月13日(金) 10:30～11:30

0歳児さんの親子が遊びに来られて、自由に過ごす日です。お子さんの生活スタイルに合わせて時間内でしたら好きなお時間に来られて、好きなお時間にお帰りができます。親子の交流をお楽しみください。

★要申込 ★定員6組くらい ★参加費無料

### ママのほつとたいむ

2月14日(土) 10:00～12:00

手を動かしながら、ちょっと聞いてほしい話や、我が家家の節約術や、こんな時どうする？などおしゃべりしましょう。話をするって大事。

吐き出して、笑ってたまには、息抜きしませんか？

★要申込 ★定員5組くらい ★託児代500円

★参加費300円（飲み物とお菓子付き）

★託児の場合お子さんの軽食持参（おにぎりやパン、おやつなど）

### 子どもの食事

2月18日(水) 10:30～11:30

毎日の食事の中で、「今」困っている事を管理栄養士の正子先生から優しくアドバイスしてもらう時間です。気持ちが楽になりますよ。申込の際に、今のお悩みや、教えてほしい事などお伝えください。

★要申込 ★定員5組くらい ★参加費無料

### ぴよんぴよんの日

親子で遊ぼう～

2月20日(金) 10:30～11:30

1歳児さん～は、親子で参加出来るリズム遊びで身体を動かしましょう。楽しい事をするのが好きなみんなの家の「親子で遊ぼう」は、身体も心もホっとになりますよ。

★要申込 ★定員5組くらい ★参加費無料

### ぴよぴよの日

ベビーちゃん体操とママのストレッチ2

2月25日(水) 10:30～11:30

親子でふれあいながら、ママとお子さんがスキンシップを楽しめませんか。身体を動かしながら優しくほわっとした時間を過ごせますよ。寒い時期だからちょっと身体を動かしてみましょう。

★要申込 ★定員5組くらい ★参加費200円

★ママは動きやすい服装

### 2月・3月お誕生会

2月27日(金) 10:30～11:30

2月・3月生まれさん、いらっしゃい！みんなでお誕生日おめでとうを合唱し、その後、撮影したお写真を使って我が子へママからお誕生日カードをつくりますよ。

★要申込 ★定員5組

★参加費300円 ★会場：みんなの家

### 両親学級

2月28日(土) 10:00～12:00

プレママ・プレパパを対象に、沐浴の仕方・抱っここの仕方・げっぷの仕方・オムツ交換など、助産師さんより教わり、産まれてくる我が子を迎える準備の1つとして実際に体験してみませんか。

★要申込 ★定員4組 ★参加費無料

★会場：アオウゼ