



子育て支援センター

みんなの家@ふくしま

4月予定表

日	月	火	水	木	金	土
			1 びよびよ フリーの日	2 フリーの日	3	4 フリーの日
5 休	6 フリーの日	7 びよびよ フリーの日	8 フリーの日	9 フリーの日	10 はじめましてさん	11 パパに来てほしい オムツ交換 練習の日
12 休	13 フリーの日	14 フリーの日	15 びよびよの日 ベビーちゃん体操と ママのストレッチ	16 フリーの日	17 子どもの食事	18 フリーの日
19 休	20 フリーの日	21 ピルビスワーク	22 バンビちゃんの日	23 ママサークル	24 子どもの節句	25 両親学級
26	27 フリーの日	28 4月・5月 お誕生会	29 昭和の日	30 びよびよ フリーの日		



駐車場が施設に隣接しておらず、ご不便おかけしますが、コープ笹谷さんの裏の駐車場にお停めください

Instagram

H P



★平日(月～土) 開館しています
 ★イベントや講座がない日は、予約なしで遊びに来れる日です(フリーと呼んでいます)
 【利用時間】・午前9:30～12:00
 ・午後13:00～15:30の間に
 お子さんの生活リズムに合わせて、お好きな時間にお遊びに来て、お好きな時間にお帰りください。

イベントや講座は予定表を参考にされて、右記電話番号へ事前予約おねがいします(予定表は、およそ前月の20日頃完成しSNSにて発信しています)

みんなの家の 利用方法

●発熱・咳・鼻水・発疹・嘔吐など
 体調不良がある場合、みなさんが広場を互いに安心して利用され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いします 館内でのマスク着用は各自、自由です

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
 【開館日時】月～土 9:3012:00 13:00～15:30
 【休館日】日・祝・年末年始



5月の予定

- ・足形アート
- ・ぴよぴよの日
ベビーマッサージ
- ・ピルビスワーク
- ・親子でフラ!
- ・ママのワーク
- ・両親学級
- ・プレママプレパパ練習日
- ・相談day
- ・バンビちゃんの日

～みんなの家の4月からの利用の仕方～

・4月より、ぴよぴよフリーの日を少し増やしてみました
ぴよぴよは0歳児さんという、くくりではなくなり
【あんよがこれからさん】の日にリニューアルしました
午前2時間・午後2時間の利用となります
・4月より、ぴよんぴよんの日はなくなりますが、
あんよがOKさんは、ぴよぴよの日以外のイベントに是非ご参加ください
・予定表にあるイベントや講座は予約が必要です
・4月よりフリーの日は、予約無しで利用できます
時間は、午前→9:30～12:00 午後→13:00～15:30
駐車場が建物に隣接していないので、いらっしゃる前にTELで利用状況
確認してみるのもお勧めします

あいせ

ぴよぴよフリーの日

4月1(水)・7(火)・30日(木)

10:00～12:00 13:00～15:00

あんよがこれからのお子さんのいるママやパパ
遊びに来てくださいね 親子の交流を楽しんだり、
お子さんと遊んだり、時間内であればお子さんの
タイミングで、遊びに来るのも帰るのも自由です

- 定員7組くらい
- 参加費無料

はじめましてさんの日

4月10日(金) 10:30～11:30

はじめてみんなの家を利用する親子さんの日です
支援センターってどんなところ?など不安もある
かと思います 是非、遊びに来ていただくと
嬉しいです 参加されたみなさんとみんなの家の
スタッフで楽しく過ごしましょう

- 定員5組くらい
- 参加費無料

パパに来てほしい オムツ交換練習の日

4月11日(土)

10:00～12:00 13:00～15:00

両親学級に参加され出産までもう一度練習されたい
方や、両親学級に参加されてなかった方の練習日です
パパだけ、ご夫婦の参加どちらでも大丈夫です

- 定員各2組
- 参加費無料
- 両親学級は4月25日(土)です 定員4組■

ベビちゃん体操とママのストレッチ

4月15日(水) 10:30～11:30

親子でふれあいながら、スキンシップを楽しみません
か ママとお子さんのふれあいタイムです ママも普
段の運動不足解消に身体のストレッチおすすめですよ

- 定員5組くらい
- 参加費200円

子どもの食事

4月17日(金) 10:30～11:30

毎日の食事は時にママにとってお悩みの1つです
管理栄養士の先生に、我が子の「今」の悩みのアドバ
イスをもらって1つ安心しませんか

- 定員5組くらい
- 参加費無料
- 予約の際に、教えてほしい事や質問などお伝えくだ
さい

ピルビスワーク 骨盤体操

4月21日(火) 10:30～11:30

出産後の骨盤を矯正して、日々の子育てで疲れて
いる固まったママの肩や腰もほぐしませんか
リフレッシュにも繋がりますよ

- 定員5組
- 参加費300円
- 託児代500円

バンビちゃん日 (発達が少し気になる)

4月22日(水) 10:30～11:30

子どもの発達について1人抱え込んでしまう時って、
きっと心細いですね 同じような悩みや経験を持つ
ママ達が気楽にホッと一息ついて本音で話せる
「ホッとするおしゃべり会」を実施しますよ～私も
分かるなあと言いつける場所にしたいので、ゆる～く
気軽に笑って、参加してくださいね

- 定員4組
- 参加条件: お子さんが1歳以上
- 参加費100円
- お子さんは見守りとなります

ママサークル ピュアサポートの会

4月23日(木) 10:30～11:30 13:30～14:30

ママ達でお互いにお子さんを見ながら、おはなし会を
したり、何か企画をたてて楽しんでみるのもいいし
お子さん連れで集まって互いに支えあいながらサークル
活動をしてみませんか 会場は2階利用となります
年12回開催

- 会場費200円
- 定員5組
- おやつなど持込可
- 温かい飲み物提供

子どもの節句

4月24日(金) 10:30～11:30

5月5日はこどもの健やかな成長を祝う節句です
今年1年も願いを込めてこいのぼりをつくり、その後
リズム遊びを楽しみましょう 女の子も是非参加して
くださいね お待ちしています

- 定員5組くらい
- 参加費100円

4月・5月生まれのお誕生会

4月28日(火) 10:30～11:30

お写真を撮り、手形を取り子どもの成長を喜び、
愛をこめて我が子へお誕生日カードをつくります
ママ自身もこの1年お疲れ様でした 大変でしたよね
「頑張って育児してきたね」とみんなで労いましょう

- 定員5組
- 参加費100円