

おひさま

浜松市子育て支援ひろば「おひさま」
 聖隷福祉事業団 聖隷こども園わかば
 〒433-8108
 浜松市中央区根洗町 645-1
 TEL053-437-0822 FAX053-439-4734



<http://www.seirei.or.jp/nurseryschool/wakaba/>

令和7年 4月号

○常設ひろば

月・水・木・金・土（月2回） 9:30～14:30
 火 11:30～16:30

聖隷こども園わかば

（浜松市中央区根洗町 645-1）

※上記の通り今年度より開放時間に変更がありますので、ご確認ください。

●出張ひろば

金 9:30～12:00
 12:00～15:00

追分集会場

（浜松市中央区初生町 589-5）

※敷地内の駐車場をご利用ください



対象：妊婦・概ね3歳未満児の乳幼児とその家族（今年度は2022年4月2日以降に生まれのお子さま）

利用料：無料

月	火	水	木	金	土	日
	1 ○	2 ○	3 ○	4 ○● 出張ひろば	5 ○◇ プレパパママ あつまれ！	6
4/1～4/12 はこども園新年度慣らし保育の為午前中は駐車場が混み合う時間帯があります。 ご迷惑をおかけしますがよろしくお願いします。						
7	8 ○	9 ○	10 ○	11 ○● 出張ひろば	12	13
14 ○	15 ○	16 ○◇ はますくの日 プレパパママ あつまれ！	17 ○ 基本講座 「離乳食教室」	18 ○	19 ○★ 多世代支援 「性教育講座」	20
21	22 ○	23 ○	24 ○	25 ○● 出張ひろば	26	27
28 ○	29	30 ○ はますくの日	○常設ひろば ●出張ひろば ◇妊婦さんと家族のための講座 ★多世代支援			

◇妊婦さんと家族のための講座（10:00～12:00）

＼プレママパパあつまれ／

妊婦さん集まれ！

助産師さんの話を聞いたり、沐浴体験などができます。

★多世代支援（10:00～12:00）

子育て世帯・多胎児をもつ保護者・孫を保育することのある祖
 父母世代の方が安心して子育てをし、育児に参考になる講座
 や交流会をおこないます。

お手伝いします！！

兄弟がいるとひろばに行くのも大変！！

行きたいけど行く勇気がなくて…

そんな風に感じられている方も

いらっしゃるのではないのでしょうか。

スタッフが車からお部屋までの移動をお手伝いしま

す。双子さんや年子の兄弟をお持ちの方でお困り

の時は駐車場から電話でお知らせください。

お待ちしております！



★多世代支援「孫支援」

～おうち性教育講座【乳児期編】～

4月19日(土) 10:00～12:00 (2階支援室)

☆講師：名倉理恵

(ひろばスタッフ・おうち性教育アドバイザー)

☆対象：未就学のお子さんの祖父母・保護者

☆持ち物：筆記用具

★電話予約：4/10(木) 10:00～

☆託児あり(5組)

「性教育」と聞くとハードルを高く感じるかもしれませんが、子どもたちが自分らしく、心とからだが健やかに生きていくための大切な知識です。

子どもの成長に合わせて伝えていく方法や日常の疑問についての答え方などおうちでできる性教育を学んでみませんか？

お母さんだけでなく興味のある、お父さん、おじいちゃん、おばあちゃん、妊婦さんも是非参加してみてください。



はますくの日

16日(水)

0～2歳児(15組) 受付時間…10:00～10:45

30日(水)

0～2歳児(15組) 受付時間…13:30～13:50

*兄弟のいる方は上の子の年齢に合わせて来てください。

*予約不要・先着順

(人数が多い場合はお断りさせていただく事もありますのでご了承ください)

☆内容

- ・身長・体重測定
- ・はますくファイル・ノートの記入
- ・そだちのつみきの記入
- ・手形足型アート

☆持ち物

- ・フェイスタオル1枚
- ・はますくファイル or ノート

*はますくファイルやノートを忘れた方は参加できませんのでご了承ください。

手形足型アートの見本は
支援ひろばにかざってあります。
見に来てね！



◇妊婦さんと家族のための講座

／プレママパパあつまれ／

4月5日(土)「お産の話」

16日(水)「赤ちゃん用品の話」

10:00～12:00 (2階支援室)

☆対象：妊婦さんと家族(経産婦も含む)

☆持ち物：親子健康手帳(母子健康手帳)、
はますくノート



出産や育児を始める前のいろいろな疑問や不安に地域の助産師、こども園保育教諭がお答えします。何を準備するといったのかな？ミルクの与え方はどうすればいいの？支援ひろばってどんなところ？など気になることはなんでも気軽に聞いてください。安心して子育てできるよう具体的に質問にお答えします。妊婦さんたちがもうすぐ始まる子育てを楽しみに待つお手伝いができればと考えています。

*沐浴体験できます。

*実際の重さのあかちゃん人形を抱っこすることもできます！

ママ講座

～はじめての離乳食教室と給食ランチタイム～

4月17日(木) 10:00～12:00 (2階支援室)

☆講師：高塚紀子

(聖隷こども園わかば 管理栄養士)

☆持ち物：筆記用具

★参加費：500円

★電話予約：4/9(水) 10:00～ (5組)

☆託児あり

「離乳食っていつからはじめるの？」

「何を準備したらいい？」

「離乳食を始めたけど上手く食べてくれない」

「栄養が足りているか不安」など離乳食の疑問をこども園の管理栄養士に聞いてみませんか？

離乳食の基礎となるだしの取り方や野菜をカットする大きさ、調理方法のポイントなど実演を含んだ講座と給食の離乳食を試食できます。

講座の後にわかばの給食をおうちの人が食べながらのランチタイムも開催します。実際の給食を食べながら情報交換や栄養士・保育士への個別相談を試してみませんか。ぜひご参加ください！

5月の予定

8日(木) ママ講座

10日(土) プレママパパあつまれ！

14日(水) はますくの日

17日(土) 多世代支援

21日(水) はますくの日

プレママパパあつまれ！

28日(水) リトミック

はますくの日