

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 5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
12:30～15:00

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ご家族（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
○常設ひろば ◇妊婦さんと家族のための講座	●出張ひろば ★多世代支援		1 ○	2 ○	3	4
5	6	7 ○	8 ○ 基本講座「トイレ トレーニング」	9 ○● 出張ひろば	10 ○◇ プレパパママ あつまれ！	11
12	13 ○	14 ○ はますくの日	15 ○	16 ○● 出張ひろば	17 ○★ 多世代支援 「口育」	18
19	20 ○	21 ○◇ はますくの日 プレパパママ あつまれ！	22 ○	23 ○● 出張ひろば	24	25
26 ○	27 ○	28 ○ 親子リトミック	29 ○ はますくの日	30 ○● 出張ひろば	31	

◇ 妊婦さんとご家族のための講座（10:00～12:00）
＼プレママパパあつまれ／ ＼妊婦さんあつまれ／
助産師さんの話を聞いたり、沐浴体験をしたりできます。

★多世代支援（10:00～12:00）

子育て世帯・多胎児の保護者・お孫さんを保育することのある祖父母世代の方々に安心して子育てをしていただくことができるよう、育児に参考になる講座や交流会を行います。

～お手伝いします～

きょうだいのお子さんを連れてひろばに行くのは大変…ひろばに行ってみたくけれど初めて行くのは緊張する…そんな風に感じられ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。お困りの時には、駐車場から電話でお知らせくださいね。お待ちしております。



ママ講座 ～トイレトレーニング～

5月8日(木) 10:00～12:00 (2階支援室)

☆ 講師：大塚早紀

(聖隷こども園わかば 保育教諭)

☆ 対象：妊婦さん・未就学のお子さんのご家族

★電話予約：4/30(水) 10:00～ (5組)

☆託児あり

☆対象：妊婦さん・概ね3歳未満の乳幼児とご家族

「トイレトレーニングっていつから始めればいいのか?」「みんなはどんな風に進めているのかな?」と、トイレトレーニングについてお悩みのパパやママは多いのではないのでしょうか。トイレトレーニングを始めるタイミングや、こども園で実際に行っている子どもたちへの誘いかけや声のかけ方について話を聞いてみませんか?ぜひご参加ください。

◇妊婦さんと家族のための講座 ＼プレママパパあつまれ／



5月10日(土)「授乳の話」

21日(水)「お産の話」

10:00～12:00 (2階支援室)

☆ 対象：妊婦さん・未就学のお子さんのご家族

☆ 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、地域の助産師やこども園保育教諭がお答えします。何を準備すればいいのか?ミルクの与え方はどうすればいいのか?支援ひろばってどんなところ?など、どんなことでも気軽に聞いてください。専門知識を持ったスタッフが質問に具体的にお答えします。妊婦さんやご家族の皆さんがもうすぐ始まる子育てを楽しみに待つことができるようなお手伝いをさせていただければと考えています。

*沐浴体験や、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。

★多世代支援



～0歳からのお口育て話そう会～

5月17日(土) 10:00～12:00 (2階支援室)

☆ 講師：足立由梨さん(歯科衛生士)

中村佳代さん(歯科衛生士)

☆ 対象：妊婦さん・未就学のお子さんのご家族

★電話予約：5/8(木) 10:00～ (5組)

☆託児の必要な方は、予約時にお知らせください。

「口育」という言葉をご存知ですか?

「口育」とは、0歳児の頃からお口が正しく成長や発育をするように促進し、お口の周りから全身の健康な発育を目指すことです。

呼吸・摂食・嚥下(食事を飲み込むこと)は、人が生きていくうえで非常に大切です。この3つが正しくできていない場合、お口だけでなく全身に大きな問題が出てきます。

お口ポカンや口呼吸がなぜ良くないのか?綺麗な歯並びを育てるためにできること、お口を育む離乳食と抱っこについて楽しくお話ししましょう!

はますくの日

14日(水)

0～2歳児(15組)

受付時間… 9:30～10:30

21日(水)

0～2歳児(15組)

受付時間… 9:30～10:30

29日(木)

0～2歳児(10組)

受付時間… 12:00～13:30

*きょうだいの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ことが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 ・手形足形アート

☆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お忘れの方は

参加できませんのでご了承ください。



親子リトミック

5月28日(水) 10:00～

☆ 講師：芳川礼子さん

★電話予約：5/21(水) 10:00～ (10組)

ピアノの音楽に合わせて、親子でのふれあい遊びやバルーン、絵本の読み聞かせなどを行います。小さな子どもたちから大人の方まで、皆さんで音楽の心地よさを全身で感じながら、楽しいひと時を過ごしましょう。お待ちしております。

6月の予定

7日(土)

プレママパパあつまれ

11日(水)

はますくの日

12日(木)

パパママ講座

18日(水)

はますくの日

プレママパパあつまれ

25日(水)

はますくの日

28日(土)

パパ講座