

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/>

2026年 3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）

※今年度より開放時間に変更があります。
 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：妊婦さん・概ね3歳未満の乳幼児とご家族（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 ●出張ひろば ★多世代支援 ◇妊婦さんとご家族のための講座						1
2 ○	3 ○	4 ○	5 ○ はますくの日	6 ○● 出張ひろば	7 ○◇ プレママパパ あつまれ	8
9	10 ○	11 ○ 基本講座 「乳幼児のスキンケア」	12 ○	13 ○● 出張ひろば	14 ○★ 多世代支援 「子育て・孫育て おはなし会」	15
16	17 ○	18 ○◇ はますくの日 プレママパパ あつまれ	19 ○	20	21	22
23 ○	24 ○	25 ○	26 ○	27 ○	28	29
30 ○	31					

◇プレママパパあつまれ（10:00～12:00）

妊婦さんとご家族の皆さんが安心して子育てを楽しめるようサポートします。助産師さんと一緒に沐浴体験もできます。

★多世代支援（10:00～12:00）

未就学のお子さんをご家族の皆さん・お孫さんを保育することのあるおじいちゃんおばあちゃんに安心して子育てをしていただくことができるよう、育児の参考となる講座や交流会を行います。

～おひさまへようこそ～

おひさまでは、皆さんに安心して利用していただくため、入り口を施錠しています。ご利用の際はインターホンを押していただき、お名前を教えてください。今月も皆さんのご利用をお待ちしています！



◇妊婦さんと家族のための講座 ＼プレママパパあつまれ／



3月 7日(土)「赤ちゃん用品の話」
18日(水)「授乳の話」

10:00～12:00 (2階支援室)

- ☆ 対象 : 妊婦さんとご家族(経産婦も含む)
 - ☆ 講師 : 高洲昌子・山植安寿華(ともに助産師)
 - ☆ 持ち物 : 親子健康手帳・はますくノート
- *予約不要です。直接お越しください。

出産や育児を始める前のさまざまな疑問や不安に、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な?」「沐浴ってどうやるの?」「支援ひろばってどんなところ?」など、気軽に聞いてください。専門知識を持ったスタッフが具体的にお答えします。妊婦さんやご家族の皆さんが、赤ちゃんとの生活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。おじいちゃんおばあちゃんも一緒にご参加いただくことができますよ。ぜひ、皆さんでお越しください。経産婦の方にもご参加いただくことができます。

*人形を使った沐浴や洋服の着せ方、おむつ替えなど、実際に体験していただくことができます。

基本講座

「乳幼児のスキンケア」

～春夏に向けて

皮膚トラブルを防ぎましょう～

3月11日(水) 10:00～12:00 (2階支援室)

☆対象: 妊婦さん・概ね3歳未満の乳幼児とご家族

☆講師 : 石井道子さん

(わんぱくキッズクリニック看護師)

小児アレルギーエドゥケーター)

☆持ち物 : 普段お使いの保湿剤や外用薬・タオル

★電話予約: 3/3(火) 14:00～(6組)

☆託児の必要な方は、予約時にお知らせください。

生まれてすぐからのスキンケアが普通となっているこの頃ですが、同時に季節ごとのお悩みも増えますね。また、2人に1人が何らかのアレルギー疾患を持つ時代、荒れたお肌とアレルギーの仕組みを知ること大切。それぞれのお子さんに合ったスキンケアを一緒に体験してみませんか?



はますくの日

～助産師や保育教諭に育児の相談もできます～

5日(木)

0～2歳児(10組)

受付時間…12:00～13:30

開始時間…13:00頃より

18日(水)

0～2歳児(10組)

受付時間…9:30～10:30

開始時間…10:00頃より

*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。

☆内容

- ・はますくノートの記入
- ・そだちのつみきの記入

※希望される方は、

身長・体重測定や手形足形アートを行うことができます。

順番は前後することがありますのでご了承ください。

☆持ち物

- ・フェイスタオル(計測時に使用)
- ・ハンドタオル(手形足形アートの際に使用)
- ・筆記用具
- ・はますくノート

※はますく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。

★多世代支援【孫支援】

「笑顔で楽しむ子育て・孫育てのヒント」

～子育て・孫育ておはなし会～

3月14日(土) 10:00～12:00 (2階支援室)

☆対象 : 就学前までのお子さんにご家族

(おじいちゃん・おばあちゃんも大歓迎です!)

☆講師 : 長倉京香さん(臨床心理士)

★電話予約: 3/2(月) 14:00～

☆託児の必要な方は、予約時にお知らせください。

忙しい日々の生活の中で、お子さんやお孫さんの成長はとても嬉しいものです。その反面、関わり方に迷ったり、時にパパママ・おじいちゃんおばあちゃんの考え方が違ったりすることもあるのではないのでしょうか。私たちを取り巻く環境が変化の中で、同じようにならなくてもいい、変わらざるにしたい思いもありますよね。子どもたちの発達について講師の話をお聞きしたり、参加者の皆さんと一緒に【子育て・孫育て】について考え合ったりしてみませんか?個別の相談にも応じていただくことができますよ。また、希望される方には託児も行います。予約時にお知らせください。

