



親子で自由に遊べる場所です

令和8年2月(第47号)

浜田市子育て世代包括支援センター発行



2月といえば節分、暦の上では2月4日は立春です。まだ寒い日もありますが、少しずつ日も長くなり春の足音が聞こえてきそうですね。節分は邪気を払い、一年の無病息災を願う行事です。豆まき(ボーロなど)で鬼を追い払い、恵方巻きで福を招いて、この一年もみんなで健康に過ごせるように願いたいですね。



2月のお知らせ

※予約は2日(月)から開始します



市内で開業
されている
助産師さん
の講話です

ママパパ学級

2月7日(土) 10:00~11:00

『呼吸法』『産後のイライラどうする?』
& 『赤ちゃんの栄養』



2月17日(火) 14:00~15:30

『栄養&赤ちゃんの生活』

妊娠期&授乳期の栄養について(栄養士)、赤ちゃんがいる生活について、出生後の手続きなどのお話しもあります!

離乳食講座 今月の食材:ほうれん草



2月17日(火) 10:00~1 回食~完了期

13:30~はじめての離乳食

冬に栄養価の高い野菜について調理のコツをお伝えします。高野豆腐の扱い方も学びます。※入園に向けてヒントになるお話もしますよ!



わくわくタイム

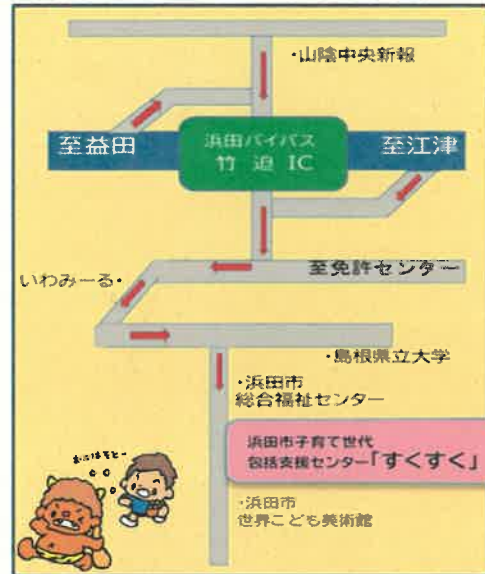


2月19日(木) 10:00~

♪とびきり可愛い♡おひな様を作ろう♪
わが子の顔写真を使ってオリジナル雛を作りましょう。事前撮影をしていただきます。
なりきり顔出しおひな様も用意しています。

☆誕生月の方は事前に手形・足形をとって誕生日カードを作ることができます。

♪今月は12日(木)に音楽リラクゼーション(7ヶ月~1歳未満)があります♪



歯っP-タイム



2月20日(金) 10:00~

~歯のお手入れグッズの紹介
& 情報交換~

食生活改善推進員さんによるさつまいもを使ったおやつを試食もあります♪

ひよこの会



2月26日(木) 10:00~

~赤ちゃんの目を守ろう!~

メディアとの付き合い方からそのほか色々になることをみんなで話しましょう!

パパとクッキング



2月28日(土) 10:00~

パパと一緒にクレープを作って食べませんか? 【参加費:1組100円】 【対象:3歳以上】
【持ってくる物:エプロン・三角巾・マスク・お茶】

★いずれの行事も予約制です。

希望される方は事前にご連絡ください。(申込みが多い場合は市内の方を優先させていただきます)

★体調のすぐれない時はお家で休みましょう。

《お問い合わせ・申し込み先》

浜田市子育て世代包括支援センター

☎ 0855-22-1253

✉ sukusuku@city.hamada.lg.jp





国際ソロプチミスト浜田様より寄贈 された絵本のお披露目会がありました☆



1月23日、国際ソロプチミスト浜田様より寄贈された絵本のお披露目会がありました。今年もたくさんの絵本の寄贈をしていただき、お披露目会では大型絵本『ペンギんたいそう』を親子で目を輝かせながら見ていました。

寄贈された絵本は『えほんのへや』と『あかちゃんのへや』の《国際ソロプチミスト浜田文庫》の棚にあり貸し出しもできます☆気になる絵本があれば借りて親子でゆっくり見てくださいね♪



いざという時の備え ～大切な家族を守るために～

子育て支援係保健師より



地震や大雨など災害はいつ起こるかわかりません。年明け早々に浜田市でも震度4の地震があり、みなさん驚かれたのではないのでしょうか。特に小さな子どものいる家庭は、不安を感じておられると思います。

家族がそろっていないときに災害が発生した場合に備えて、あらかじめ安否確認の方法や集合場所などを話し合っておいたり、大切な家族を守るためにも災害が起きたときのことをイメージして日頃から考え準備をしておくことが重要です。

・浜田市の「防災ハザードマップ」は、防災情報の入手先、災害前の備え、避難時の心得などが掲載しており、地域ごとに発行しています。

・「あかちゃんとママを守る防災ノート」（国立保健医療科学院）には、妊娠中や産後の女性、乳幼児がいる家庭での災害への備えや、災害が起きたときの行動のポイントが記されています。また、「助産師が伝える災害時の知恵ぶくろ」（日本助産師会）などもわかりやすくまとめてあるので参考にしてみてください。



「浜田市防災
ハザードマップ」



「あかちゃんとママ
を守る防災ノート」



「助産師が伝える
災害時の知恵ぶくろ」



手作りおもちゃの会

第4木曜日 13:30～15:00



～心をこめて♪ベビーグッズを手作りしてみませんか？～

＊ボランティアさんに、赤ちゃんに安全で暖みのあるフェルトや布でセンターのおもちゃを作って頂いています。

＊スタイ、帽子、かぼちゃパンツ、小物入れ、ボール、マスコットなど簡単に作れるアドバイスも、もらえます。

＊作りたい物の材料は持参となります。

子どもさんの様子を見守りながら、

ゆったりと手作りを楽しんでみませんか♡



スタイ



にぎにぎとボール



こどもの好きなもの



かぼちゃパンツ



マスコット



どんぐり帽子

はまだファミリー・サポート・センターだより

◎令和7年度に新規登録された生後3か月～小学6年生の児童の預かりの援助については、1時間(600円)のお試し無料券が利用できます。

詳細は、登録時にご説明させていただきますので、この機会にぜひご登録お待ちしております！



〈お問合せ〉〒697-0016 浜田市野原町 859-1

浜田市子育て世代包括支援センター内

はまだファミリー・サポート・センター

TEL 0855-22-8912 FAX 0855-22-9810

(月曜日～金曜日 8時30分～16時30分)





2月の予定



<遊べる時間>

月曜日～日曜日 8:30～17:00

(水曜日は親子の遊びはお休みです。
窓口は開設しています。)



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
		☆作ってあそぼう! 10:00～11:00 (時間内に来られた 方で10分程度で出 来る簡単なものを作 ります。予約不要)	親子の遊びの お休み日 ☆1歳6か月児健診 【対象:R6.7生】	☆音楽リラクゼーション (7ヶ月未満) 14:00～15:00	☆育児相談 ★すぱーす・ひだまり 10:00～	☆ママパパ学級 10:00～11:00 ☆おもちゃの病院 13:30～14:30 【ランチのへやは 使えません】
8	9	10	11	12	13	14
	☆こころの相談 13:00～		建国記念の日 休館日	☆音楽リラクゼーション (7ヶ月～1歳未満) 14:00～15:00 今月は7ヶ月～1歳 未満もあひます☆	☆育児相談 ★絵本の会 10:30～10:45	育児相談・・・ ☆9:30～11:00 ☆13:30～14:30 バスタオルを 2枚ご持参ください
15	16	17	18	19	20	21
		☆離乳食講座 1回～完了期 10:00～ はじめての離乳食 13:30～ ☆ママパパ学級 14:00～15:30	親子の遊びの お休み日 ☆乳児健診 【対象:R7.9生】	☆わくわくタイム 10:00～	☆育児相談 ☆歯っP-タイム 10:00～11:00 ★すぱーす・ひだまり 10:00～	
22	23	24	25	26	27	28
	天皇誕生日 休館日		親子の遊びの お休み日 ☆3歳児健診 【対象:R4.10生】	☆ひよこの会 10:00～ ★手づくりおもちゃの会 13:30～15:00	☆育児相談 ★絵本の会 10:30～10:45	☆パパとクッキング 10:00～ 【ランチのへやは 使えません】



☆遊びに来るときは、事前予約不要です。

行事の参加は事前にご予約ください。

☆予約は2日(月)から開始します。

☆音楽リラクゼーションの予約は開始しています。

☆食育講座はお休みです。



★浜田地域の子育て広場
【会場:各地域まちづくりセンター】
(10:00～11:00)

- ☆長浜・・・ 5日(木) 節分
- ☆周布・・・ 12日(木) 鬼退治
- ☆国府・・・ お休み
- ☆石見・・・ お休み
- ☆美川・・・ お休み

【子育て広場
問い合わせ先】
浜田市社会福祉協議会
☎22-0094
※参加費・・・1家族100円



★各地域の子育てサロン(10:00～12:00) & ♥育児相談

☆金城・・・ 12日(木) フリースペース&♥育児相談
(さんあいホーム) ☎42-2300
(育児相談は10:00～11:00)

☆旭・・・ 5日(木) 豆まき・こま回し
(旭支所3階フリーホール) ☎45-0188
♥2日(月) 育児相談(旭支所、9:30～11:00)
♥20日(金) 育児相談(あさひなないろクラブ)
9:30～11:30 ☎45-8181

☆弥栄・・・ お休み
☆三隅・・・♥10日(火) 育児相談(おひさま、受付11:30まで)
♪ひよこクラブ・・・毎週木曜日
(岡見まちづくりセンター)

☆子育て広場・子育てサロンともに事前申込み
が必要です。(育児相談は予約不要です)
☆内容変更の可能性がありま。

