

子育て 定例イベント

● 0123広場

開館時間 10:00～18:00

休館日 木曜日、年末年始(12月29日(日)～1月3日(金))

☎71-1661 最新情報はホームページからご確認ください➡



イベント名	日時	対象	定員	申込
おはなし0123 「ぐりとぐら」	12月10日(火) 11:15～11:30	0,1,2,3歳の子どもと 保護者	なし	申込不要
クリスマス会	12月17日(火) 11:00～12:00	0,1,2,3歳の子どもと 保護者	なし	申込不要
おはなし0123 「ぐるんぱ」	12月24日(火) 11:15～11:30	0,1,2,3歳の子どもと 保護者	なし	申込不要

● 図書館

開館時間 平日9:30～18:00 休日10:00～18:00

休館日 月曜日(祝日の場合は翌火曜日)、年末年始(12月28日(土)～1月4日(土))

☎72-9085 最新情報はホームページからご確認ください➡



イベント名	日時	対象	定員	申込
0.1.2おはなし会	12月7日(土) 10:30～	どなたでも	なし	申込不要
おはなしわ～るど	12月7日(土) 11:00～	3歳以上の方なら どなたでも	なし	申込不要
にじいろのろうそく	12月7日(土) 11:30～	小学生以上の方なら どなたでも	なし	申込不要
紙芝居だいすき!	12月14日(土) 10:30～	どなたでも	なし	申込不要
パネルシアターであそぼう	12月17日(火) 10:45～	どなたでも	なし	申込不要
どんぐりちいさなおはなし会	12月11日(水) 10:45～	どなたでも	なし	申込不要

おたんじょうびおめでとう



投稿フォームから
ご応募ください!

2月生まれの方募集中!

12月12日(木)までに応募してください。

対象 3歳までの方



鈴木 笑ちゃん
令和5年12月5日生まれ 1歳

沢山“笑”って、周りの人の心を
沢山“和”ませてくれた1年
でした♡1歳おめでとう! 元
気に大きくなーれ♡



矢崎 陽結くん
令和5年12月15日生まれ 1歳

1歳おめでとう! おしゃべりが
上手な所とニコニコ可愛い
笑顔が大好きだよ♡毎日癒
しと幸せをありがとう!



こども通信

子ども・子育てに関する情報を
お知らせします。



にこにこ

諏訪中央病院 小児産科女性病棟 ☎72-1000

日時 12月11日(水) 10時～正午
場所 諏訪中央病院 2階 小児産科女性病棟
内容 ベビーマッサージ、育児相談を行います。
参加費 2,000円(補助券をお持ちの方は無料)
対象 生後2～4か月の赤ちゃんとお母さん
(当院で出産された方以外のご参加も歓迎)
持ち物 産後ケアの補助券(お持ちの方)、母子健康手帳、
着替えやオムツ、授乳用品など
申込方法 お電話にてお申し込みください。

だっことおんぶ

諏訪中央病院 小児産科女性病棟 ☎72-1000

日時 12月16日(月) 10時～正午
場所 諏訪中央病院 2階 小児産科女性病棟
内容 キャリーを使ってだっことおんぶを実演と育児相談。
(各種キャリーをお試しできます。)
参加費 2,000円(補助券をお持ちの方は無料)
対象 1.6歳児までの赤ちゃんとお母さん。
(当院で出産された方以外のご参加も歓迎)
持ち物 タオル、母子健康手帳、産後ケアの補助券(ある方)
申込方法 お電話にてお申し込みください。

手がた・足がたアートをやってみよう

諏訪中央病院 小児産科女性病棟 ☎72-1000

日時 ① 12月2日(月) 13時～14時
② 12月18日(水) 10時～11時
場所 諏訪中央病院 2階 小児産科女性病棟
内容 手がた、足がたをとってアートをつくります。
参加費 300円(材料代)
対象 未就園児のお子さんとその親
(当院で出産された方以外のご参加も歓迎)
持ち物 よごれても良い服装、タオル、母子健康手帳
申込方法 お電話にてお申し込みください。

育児中のママを対象としたサークル

『ひよっこクラブ』

諏訪中央病院 小児産科女性病棟 ☎72-1000

日時 ① 12月9日(月) 13時30分～14時45分
② 12月23日(月) 13時30分～14時45分
場所 諏訪中央病院 講堂(5分前に産科外来10番へ)
内容 ①「おっぱいトラブル、乳腺炎、」について助産師からの話し。
②「咳、鼻水のセルフケア」について小児科 武井医師からの話し。
参加費 無料(申込不要)
対象 未就園児のお子さんとその親
(当院で出産された方以外のご参加も歓迎)
持ち物 母子健康手帳、お子さんに必要な物、バスタオル

茅野市小児オンライン相談サービスが利用できます!

DX推進課地域DX推進係 ☎72-2101(内線244)

内容 夜間、休日における子どもの体調不良や軽いけがなどをオンライン上の医師に無料で相談できます。
対象 0歳～18歳の子ども
料金 無料(対象時間内のみ)
※通信にかかる費用は利用者負担
対象時間 平日: 18時～翌日9時
土日祝: 24時間
登録方法 QRコードを読み取り、茅野市ホームページをご確認ください。



レッツベビードダンス

こども館0123広場 ☎71-1661

日時 1月14日(火) 10時30分～11時30分
場所 こども館 0123広場
内容 赤ちゃんを抱っこしながら、リズムに合わせて踊るエクササイズです。スキンシップを通じて親子の絆を深めることができ、お互いのぬくもりや呼吸、匂いを感じながら踊ることができます。気軽に踏めるステップは夜泣きをしたときやぐずったときにも活用でき、産後のダイエット、心と体のリフレッシュにもなります。
講師 山本美枝さん(一般財団法人日本ベビードダンス協会認定インストラクター)
対象 首がすわった生後4か月頃～1歳半頃の赤ちゃんとお母さん
定員 15組(要申込)
料金 無料
持ち物 抱っこ紐、赤ちゃんの着替え、汗ふきタオル、飲み物
申込 12月18日(水) 10時から窓口、電話または電子申請にてお申し込みください。



親子のためのやさしいヨガ

こども館0123広場 ☎71-1661

日時 12月11日(水) 10時30分～11時30分
場所 こども館0123広場 わいわいスペース
内容 子育て中の心と身体の健康を整え、元気に子育てをするために、ヨガで心も体もリラックスしながら、親子で楽しく体を動かします。
講師 北原 愛さん
対象 0歳～3歳までの子とお母さん
定員 15組位(お申込みしていない方も、当日空きがあれば参加可能)
料金 無料
持ち物 ヨガマット(バスタオルも可)、お子さん用バスタオル
申込 11月25日(月) 10時から窓口、電話または電子申請にてお申し込みください。

