

# 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  
☎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<br>「ブックメイトぐりとぐら」 | 12月9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 |
| クリスマスウィーク                 | 12月8日(月)～12月24日(水)<br>10:00～18:00 | 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16日(火) 11:15～12:00             | 0,1,2,3歳の子どもと保護者 | なし | 申込不要 |
| おはなし0123<br>「ぐるんぱ」        | 12月23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 土・日・祝日10:00～18:00  
休館日 月曜日(祝日の場合は翌日)、第4金曜日、年末年始(12月28日(日)～1月5日(月))  
☎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6日、27日(土) 10:30～ | どなたでも          | なし | 申込不要 |
| おはなしわ～るど      | 12月6日、27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6日(土) 11:30～     | 小学生以上の方(大人も歓迎) | なし | 申込不要 |
| 紙芝居だいすき!      | 12月13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16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(木) 10:45～    | どなたでも          | なし | 申込不要 |

## ●地区こども館

どの地区のこども館も自由にご利用いただけます。  
開館時間や休館日、他イベント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                    | 場所                   | 対象     | 定員         | 申込   |
|---------------------------------|-----------------------|----------------------|--------|------------|------|
| 未就園児の集い「小学生との<br>異世代交流クリスマス会」   | 12月24日(水) 10:00～      | 湖東地区こども館<br>☎77-2311 | 未就園児親子 | 子ども<br>20名 | 申込必要 |
| 未就園児の集い「ちいさな手<br>でつくる★クリスマスアート」 | 12月16日(火) 10:00～      | 北山地区こども館<br>☎77-3311 | 未就園児親子 | 8組         | 申込必要 |
| 未就園児の集い<br>「クリスマス会」             | 12月17日(水) 10:00～11:30 | 米沢地区こども館<br>☎72-5211 | 未就園児親子 | 15組        | 申込必要 |

※お申し込みは、各地区のこども館までお問い合わせください。  
※各地区のこども館では、こどもたちの見守りボランティアを募集しています。ご興味のある方は、こども課 ☎72-2101(内線612)へお問い合わせください。



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(金) までに応募してください。  
対象 3歳までの方



やまき ひゅう  
矢崎 陽結くん  
令和5年12月15日生まれ 2歳

2歳おめでとう♡ いつもみんなを笑顔にしてくれてありがとう! これからももっともっと大きくなってね♪



# 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10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17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** 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。



## 子どもと一緒に楽しむヨガ

こども館 0123 広場 ☎71-1661

**日時** 12月2日(火) 11時15分～12時  
**場所** 茅野市こども館0123広場 わいわいスペース  
**内容** 育て中の方の心と身体の健康を考え、ストレッチや筋トレを取り入れた、「子どもと一緒に楽しむヨガ」を開催します。助産師を交えた参加者同士の交流も行います。  
**講師** 清水 亜実 さん  
**対象** 0歳から3歳までの子と親  
**持ち物** バスタオル又はヨガマット  
**参加費** 無料(申込不要)

## 育児中のママを対象としたサークル『ひよこっこクラブ』

諏訪中央病院 小児産科女性病棟 ☎72-1000

**日時** ①12月1日(月) 13時30分～14時45分  
②12月15日(月) 13時30分～14時45分  
**場所** 諏訪中央病院 2F 小児産科女性病棟  
**内容** ①「咳、鼻水のセルフケア」について小児科医師からの話しになります。  
②乳腺外科医師からの話しと助産師から「乳腺炎、卒乳、おっぱいトラブル」についてのお話しになります。  
**参加費** 無料(申込不要)  
**対象** 未就園児のお子さんと保護者  
(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(体重測定希望の方のみ)

## 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** ①12月11日(木) 10時～11時  
②12月24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～500円(材料代)  
**対象** 未就園児のお子さんと保護者  
(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。

## 産後ヨガ

諏訪中央病院 小児産科女性病棟 ☎72-1000

**日時** 12月19日(金) 13時30分～  
**場所** 諏訪中央病院 2F 小児産科女性病棟  
**内容** 赤ちゃんと一緒にヨガを行います。育児相談もできます。  
**参加費** 550円  
**対象** 3ヶ月以降のお子さん  
(当院で出産された方以外のご参加も歓迎)

## ベビードانس

諏訪中央病院 小児産科女性病棟 ☎72-1000

**日時** 12月26日(金) 13時30分～  
**場所** 諏訪中央病院 2F 小児産科女性病棟  
**内容** 首がすわった赤ちゃんを抱っこ紐で支えながらおどります。  
**参加費** 550円  
**対象** 首がすわった4～5ヶ月以降のお子さん  
(当院で出産された方以外のご参加も歓迎)