



子育て支援センター



住所:久米島町仲泊862-33  
 TEL:098-894-6206  
 e-mail:nijinohiroba@aioros.ocn.ne.jp



朝夕の風が心地よい11月になりました。月桃の実が色づき、空港通りの松林には蔣黄水仙が咲き誇っています。秋です！食欲の秋、音楽の秋、芸術の秋、スポーツの秋、子どもと一緒に秋を楽しみましょう♪

**ご利用ガイド:無料!!**

- ・妊婦さん・生後3か月～未就学のお子さんと保護者の方が利用できる施設です。  
 (普段保育園や幼稚園へ行っているお友達の利用も可能です！里帰り時の利用もできます！)
- ・にじのわは子育てに困り感のある方の時間です。保護者のみ、お子さんと一緒どちらでも大丈夫です。来所お待ちしております。

| 子育て支援センター にじのひろば |                                 |              |                     |              |              |
|------------------|---------------------------------|--------------|---------------------|--------------|--------------|
| ご利用時間            | 月                               | 火            | 水                   | 木            | 金            |
| 9:30~12:00       | 生後3ヶ月～就学前の親子                    | 生後3ヶ月～就学前の親子 | 赤ちゃん(3か月~1歳)と妊婦さんの日 | 生後3ヶ月～就学前の親子 | 生後3ヶ月～就学前の親子 |
| 12:00~13:00      | 個別相談(要予約)*子育てに不安や悩みがある方の個別相談の時間 |              |                     |              |              |
| 13:00~15:30      | 生後3か月～就学前の親子                    |              |                     | にじのわ         | 生後3ヶ月～就学前の親子 |

| ☀️ 出前ひろば ていーだの家 |                        |              |              |              |                           |
|-----------------|------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------------------|
| ご利用時間           | 11月4日                  | 11月11日       | 11月18日       | 11月25日       | ☀️ 11月4日(火)<br>親子リフレッシュヨガ |
| 10:00~12:00     | 生後3ヶ月～就学前の親子           | 生後3ヶ月～就学前の親子 | 生後3ヶ月～就学前の親子 | 生後3ヶ月～就学前の親子 |                           |
| 12:00~13:00     | 飲食可(午前から午後まで継続で利用できます) |              |              |              |                           |
| 13:00~15:00     | 生後3ヶ月～就学前の親子           | 生後3ヶ月～就学前の親子 | 生後3ヶ月～就学前の親子 | 生後3ヶ月～就学前の親子 |                           |

| Time  | Sunday | Monday | Tuesday      | Wednesday | Thursday | Friday | Saturday |
|-------|--------|--------|--------------|-----------|----------|--------|----------|
|       | 2      | 3      | ☀️ ていーだの家 4  | 5         | 6        | 7      | 8        |
| 午前の活動 |        | 文化の日   | 親子リフレッシュヨガ   |           | お馬さんの日   |        |          |
| 午後の活動 |        |        |              |           | にじのわ     |        |          |
|       | 9      | 10     | ☀️ ていーだの家 11 | 12        | 13       | 14     | 15       |
| 午前の活動 |        |        |              |           |          |        |          |
| 午後の活動 |        |        |              |           | にじのわ     |        |          |
|       | 16     | 17     | ☀️ ていーだの家 18 | 19        | 20       | 21     | 22       |
| 午前の活動 |        |        | 栄養座談会        |           |          | お絵描きの日 |          |
| 午後の活動 |        |        |              |           | にじのわ     |        |          |
|       | 23     | 24     | ☀️ ていーだの家 25 | 26        | 27       | 28     | 29       |
| 午前の活動 |        | 勤労感謝の日 |              |           |          |        |          |
| 午後の活動 |        |        |              |           | にじのわ     |        |          |
|       | 30     |        |              |           |          |        |          |
| 午前の活動 |        |        |              |           |          |        |          |

# 11月の子育て講座

YOGA講師 吉原ゆうかさんによる



## 親子のリフレッシュヨガ

11月4日(火)10:30-11:30

出張ひろば ていーだの家(比嘉公民館)にて  
生後3か月～未就学の親子  
**\*参加人数確認の為要予約**

前回大好評だったリフレッシュヨガ、第2弾！  
親子で参加できるヨガの時間。  
普段なかなか一人ではできないヨガをみんなで一緒に！  
子どもも一緒に！

持ち物:バスタオル・水分補給できる物

久米島馬牧場さんによる  
**お馬さんの日**

11月6日(木)10:45-11:30  
そらなみ保育園 園庭集合  
要予約

今月から待望のお馬さんの日が帰ってきました！お馬さんに乗っても！お馬さんへエサやりしても！木陰で乗馬を観覧しても！園庭で砂遊びしても！過ごし方は自由です。

\*当日にじのひろばの室内利用はトイレの利用・授乳・オムツ替えのみとさせていただきます。  
\*動きやすい服装・靴履き・帽子・水分補給できるもの着替え等の用意をお願いします。

町の栄養士さん来所  
**おいものおやつ**

11月18日(木)10:30-11:30  
子育て支援センター にじのひろばにて  
**\*参加人数把握の為要予約**

食欲の秋到来！今月は町の栄養士さんと一緒においものおやつを作ってみよう♪を開催します。調理実習の合間に普段の食事についての相談、栄養相談、離乳食相談も可能です。

当日は実習型の講座になっています。  
アレルギーのある方は予約の前にご相談ください。

芸術の秋

## 大きな大きな絵を描こう

11月21日(金)10:30-11:30  
子育て支援センター にじのひろばにて  
**\*参加者の人数把握の為予約をお願いします**

大きな紙を部屋いっぱいに広げて、思いっきり絵を描こう♪  
クレヨン・絵具まみれになる覚悟が来ている方集まれ！  
子どもの描きたい！を存分に解放させる日。

保護者の方ももちろん『汚れてもいい服』『お着替え持参』で参加をお願いします。

## 最近の子育て支援センター



秋になって毎日にぎやかな子育て支援センターです。同じ月齢や年齢を持つ保護者同士の情報共有や親子の交流が出来ます！子育てに関する講座や楽しいイベントも開催中！絵本や育児書の貸し出しもあります。初めての方もお気軽に来所されてください。お待ちしております♪(里帰り利用も可能です♪)

