

のびすく仙台イベント 11月



日	月	火	水	木	金	土
★印は要予約、電話または受付でお申込みください。イベントの場所は、こどもひろばです。参加者以外の方は「こどもひろば」を使えない場合があります。他の場所は利用できません。 *お申込みの際の個人情報は、目的以外に利用いたしません。		イウさんマークは ふるあふWeek 大きなエア遊具が登場!		1		2
3	4	5 休館日	6 ★親子でおでかけ 10:30~11:30	7	8 やさしいフラ 10:30~11:30 講師:鈴木 美香さん ステキな音楽に合わせてフラを楽しみます。初めての方でも大丈夫です。	9 手づくりおもちゃをつくろう 13:00~15:00 講師:マミーさん (おもちゃコンサル タントマスター)
10 当日申込 11月生まれのお誕生会 10:30~11:00 楽しいお話しや手遊びなどをして、みんなでお祝いします。 対象:1,2,3歳児と保護者	11 休館日	12 ★赤ちゃんの 肌ケアミニ講座 10:00~10:30	13 ★ベビータッピングタッチ 10:00・10:45 ★母乳なんでも相談 14:30~16:30	14 babu*スペース 9:30~11:00 0歳児親子のためのスペースです。 おはなしタイム11:00~ ★保育サービス相談 13:30~16:00	15 ★せんだい助産師 サロン 10:00~11:30	16 フープオブハート のお話し会 14:00~ 担当:仙台幼児保育専門 学校サークル
17 ★プレバママ講座 10:00~11:30 おもちゃばこの お話し会14:00~ 担当:宮城学院女子 大学サークル	18 休館日 むすんで ひらいて 10:00~15:00	19 当日申込 女性相談 10:30~12:30 家庭、子ども、仕事、自分のこと相談員に話してみませんか?	20 ★グループ相談 10:00~11:00	21 ★託児付き料理教室 10:00~12:00	22 babu*スペース 9:30~11:00 支援室にあそびに おいでよ 13:30~14:30	23 パパとイエーイ! 14:00~14:20 対象:パパと乳幼児 ふれあい遊びや絵本の 読み聞かせなど
24	25 休館日	26 当日申込 女性相談 10:30~12:30 家庭、子ども、仕事、自分のこと相談員に話してみませんか?	27 みんなであそぼう 10:30~10:50 ふれあい遊びや、絵本の 読み聞かせなど	28 ママとキッズの 音楽あそび 10:30~11:10 担当:おんぶっパ♪ リトミックや歌遊びなど 親子一緒にどうぞ。	29 ★ママヨガストレッチ 10:00~11:00	30

【共催】西公園プレーパークの会 6(水)★親子でおでかけ in 西公園 10:30~11:30 落ち葉プールや木の実探し、秋の身近な自然の中で子どもの遊びを見つめてみませんか? 講師:佐々木 啓子さん(プレーリーダー) 場所:西公園内 (地下鉄東西線大町西公園駅より徒歩5分) 対象:1歳~未就学児と保護者 定員:15組 持ち物:水分、着替え ※現地集合。雨天は中止です。(小雨決行)	【共催】仙台市ガス局 21(木)★託児付料理教室 10:00~12:00 「おいしい♪楽しい♪簡単和食」 子どもと離れて、ママ同士おしゃべりしながら楽しくお料理しませんか? 講師:小関 奏子さん(栄養士) 場所:1階キッチンパレット 参加費:1500円(託児1名の場合) 定員:10組 持ち物:エプロン、三角巾、ふきん	【共催】仙台市ガス局 12(火)★赤ちゃんの 肌ケアミニ講座 10:00~10:30 保湿ケアで乾燥から赤ちゃんの肌を守りましょう。 講師:半澤 真弓さん (ベビースキンケア教室Hoco) 対象:生後2~6か月の お子さんとママ 定員:5組 材料費:500円 持ち物:バスタオル	【共催】仙台市ガス局 17(日)★プレバママ講座 10:00~11:30 沐浴体験や妊婦体験、助産師さんのお話など。生まれる前に、のびすくに来てみませんか? 講師:藤田 愛さん(助産師) 対象:妊娠28週以降で初めて パバママになる方 定員:8組 持ち物:母子手帳	【共催】仙台市ガス局 13(水)★ベビータッピングタッチ 10:00・10:45 ステキな音楽をBGMに、からだにやさしくトントンとタッチしていきます。 講師:タッピングタッチ和み 対象:0歳児と保護者 定員:各回4名(45分程度)	【共催】仙台市ガス局 20(水)★グループ相談 「栄養満点!常備菜レシピを知ろう」 10:00~11:00 野菜たっぷり食生活を楽しみませんか?子どもから大人まで一緒に食べられるアレンジもお伝えします。 講師:青葉区家庭健康課保健師・栄養士 対象:乳幼児と保護者 定員:15組(子どもと一緒に)	【共催】仙台市ガス局 13(水)★母乳なんでも相談 14:30~16:30 個別相談です。母乳に関する ことならどんな相談にも応じます。 相談員:助産師 (NPO法人みやぎ母乳育児をすすめる会) 定員:8名(1人15分程度) 場所:情報コーナー
---	---	---	---	--	--	--

【共催】仙台市ガス局 14(木)★保育サービス相談 13:30~16:00 仙台市内の保育園や幼稚園など保育サービスに関する個別相談です。 相談員:仙台市保育 サービス相談員 定員:5名 (1人30分程度)	【共催】仙台市ガス局 15(金)★せんだい助産師サロン ~ママはあと~ 10:00~11:30 ふれあい遊びを体験したあと、育児の不安や悩みなどを助産師さんに相談してみませんか? 対象:仙台市内にお住まいで、2019/6/16~9/15 生まれの乳児とママ ※初めてのご参加の方 定員:12組 (前後48h以内に予約接種予定がない方) 持ち物:母子健康手帳、バスタオル、水分補給の飲み物、その他お子さんに必要なもの	【共催】仙台市ガス局 22(金)支援室に あそびにおいでよ 13:30~14:30 支援室の先生たちが人形劇や手遊び、ふれあい遊びをします。 出演者:地域子育て支援 センター職員	【共催】仙台市ガス局 29(金)★ママヨガストレッチ 10:00~11:00 ストレッチでリフレッシュ!運動不足解消にどうぞ! 講師:石井 智美さん (インストラクター) 対象:9ヵ月未満のお子さんとママ 定員:12組 ※初めて参加の方 ※動きやすい服装でご参加ください。
--	---	---	--

【共催】仙台市ガス局 21(木)★託児付料理教室 10:00~12:00 「おいしい♪楽しい♪簡単和食」 子どもと離れて、ママ同士おしゃべりしながら楽しくお料理しませんか? 講師:小関 奏子さん(栄養士) 場所:1階キッチンパレット 参加費:1500円(託児1名の場合) 定員:10組 持ち物:エプロン、三角巾、ふきん	【共催】仙台市ガス局 22(金)支援室に あそびにおいでよ 13:30~14:30 支援室の先生たちが人形劇や手遊び、ふれあい遊びをします。 出演者:地域子育て支援 センター職員	【共催】仙台市ガス局 29(金)★ママヨガストレッチ 10:00~11:00 ストレッチでリフレッシュ!運動不足解消にどうぞ! 講師:石井 智美さん (インストラクター) 対象:9ヵ月未満のお子さんとママ 定員:12組 ※初めて参加の方 ※動きやすい服装でご参加ください。
---	---	--

編集後記 体調崩したりしていませんか?手洗い、うがい、服装や室温を調節したり、水分補給やバランスの良い食事なども風邪予防のポイントです!みなさまが風邪などひかず、元気に過ごせますように☆彡(*^^*)(たこ)