

# ころころルーム

浜松市中央区大平台4丁目11-23  
 TEL070-8304-5656 (ひろば直通)  
 ✉ koro2net@hotmail.com  
 NPO法人ころころねっと浜松  
 TEL053-485-8912

## 2月の予定



- 常設ひろば **ころころルーム**  
月・火・水・金・土/9:00~12:00 13:00~15:00
- 出張ひろば **おでかけルーム**  
木/9:00~12:00 13:00~15:00  
浜松市中央区神原町772-6 (神原会館)

概ね3歳未満のお子さんと保護者、  
 プレママとご家族が集える場所です。  
**無料**で利用できます。予約はいりません。  
 開館時間内は出入り自由です。

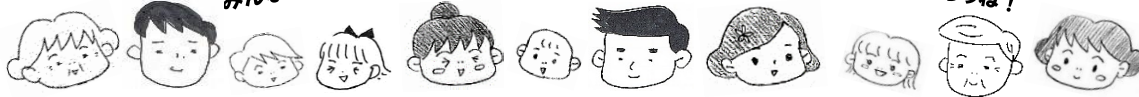
月	火	水	木	金	土
			1	2	3
			● おでかけルーム (ベビーマッサージ)	○ ころころルーム	○◇ ころころルーム (妊婦さんとご家族の日)
5	6	7	8	9	10
○ ころころルーム	○◇★ ころころルーム (妊婦さんとご家族の日) ペアレント・プログラム①	○☆ ころころルーム 話してみよう♡	● おでかけルーム (みんなで はますくの日)	○ ころころルーム	○ ころころルーム (ベビーマッサージ)
12	13	14	15	16	17
お休み	○★ ころころルーム ペアレント・プログラム②	○☆ ころころルーム 話してみよう♡	● おでかけルーム (ベビーマッサージ)	○ ころころルーム (わくわく工作)	○ ころころルーム
19	20	21	22	23	24
○ ころころルーム (ベビーマッサージ)	○★ ころころルーム ペアレント・プログラム③ (みんなではますくの日)	○☆ ころころルーム 話してみよう♡	★ ころころルーム (ふたごみつこの日 さくらんぼ)	● おでかけルーム (親子で遊ぼう)	○ ころころルーム (親子で遊ぼう)
26	27	28	29	お休み	
○ ころころルーム (親子で遊ぼう)	○★ ころころルーム ペアレント・プログラム④	○☆ ころころルーム 話してみよう♡	お休み	あそびに きてね~	

○常設ひろば ★多世代支援  
 ●出張ひろば ☆発達支援  
 ◇妊婦支援

- ◇妊婦支援 **妊婦さんとご家族の日** (9:30~11:30)  
妊婦さんとご家族の日。助産師さんを囲んでみんなで  
お話ししましょう。心配なことの相談もOK。
- ★多世代支援① **パパママ講座** (2時間 毎月日時は変わります)  
赤ちゃんのお世話や子どものしつけなど、子育てに役立つ  
講座です。就学前のお子さんを子育て中の方も参加できます。
- ★多世代支援② **さくらんぼ** (10:00~12:00)  
ふたご・みつご 集まれ~! みんなで情報交換しよう。  
親子遊び、はますくファイル記入会もあります。10時開館。

- ★多世代支援③ **孫育て講座** (2時間 年間3回)  
今どきの子育てを学んで、頼りになるサポーターに  
なろう。じいじ・ばあばのための講座です。
- ☆発達支援 **話してみよう♡** (時間は裏面)  
子どもの発達について個別に相談ができる日。  
そのうち一回は臨床心理士がお話を聞きます。
- ◎長期休暇支援 **みんなおいで~!**  
幼稚園児、小学生もひろばで遊べる日です。  
必ず保護者と一緒にお越しください。

みんなでワイワイ 子育て・育ち 泣いたり笑ったりしながら 一緒に大きくなろうね!



★ルームのイベントいろいろ ☞日時は表面カレンダーをチェック! ※ 開始時間は多少前後することがあります

**みんなで  
はますくの日**  
はますくファイルで  
思い出づくり  
10:00~/13:00~

**ベビーマッサージ**  
触れ合って  
親子の絆づくりを  
11:00~/14:00~  
持ち物:バスタオル

**親子で遊ぼう!**  
絵本や手遊びで遊ぼう  
指先を使って  
シール貼りに挑戦!

**英語を  
たのしもう**  
外国語の響きに  
ふれましょ  
奇数月 10:30~/11:45~

**わくわく工作**  
作ってわくわく  
遊んでわくわく  
10:00~



◇妊婦支援 **妊婦さんとご家族の日**

**3日(土)・6日(火) 9:30~11:30**

★2月のメインテーマは「おっぱいの話 他」です

助産師さんが、ころころルームに来て下さる日。  
子育て中の方も参加できます。みんなでワイワイお話ししましょう。  
後半は、お一人5分程度の相談もできます。

はますくファイル  
はますくノート  
母子手帳  
持ってきてね!

3歳~就学前のお子さんを子育て中の方  
定員 10名、申込みはお早めに!

★多世代支援  
**パパママ  
講座**

~ほめ上手になるための講座~  
**ペアレント・プログラム**



「ほめて伸ばす子育てがしたい」「でも…ほめ方がわからない」  
そんな方のための講座です。お子さんの個性に合った関わり方を  
学び、楽しく子育てするコツを身につけましょう!

★2/6・13・20・27・3/5(火)・11(月) ※全6回  
10:00~11:20

★雄踏文化センター/小会議室

★託児あります(1回500円)

お休みの日の内容は  
ご都合の良い日時に  
補習してもらえます

☆発達支援 **話してみよう♡**

お子さんの成長発達について相談ができます。ちょっと心配な事  
これでいいのか迷っている事など、話してみませんか?



専門スタッフの日 **7・14・21日(水) 13:00~15:00**

臨床心理士さんの日 **28日(水) 13:00~15:00**



**絵本講座**

絵本ボランティアさん  
募集中!!

~子どもの心を育てる絵本の世界~

★2月28日(水) 9:30~

お話&読み聞かせ&質問タイム

講師: **村松香織さん**  
(家庭文庫よかこいむら主宰)

絵本ボランティアさんのための講座ですが、  
パパやママにも聞いてもらいたい!  
予約は要りません、ひろばに来て  
ぜひ一緒に、お話や読み聞かせを  
楽しんでくださいね!



**クッキング 鉄分たっぷり! 混ぜご飯**

ご飯に混ぜて ☺ に! 栄養満点のお弁当やおやつになるよ!

- 🍴 小松菜 3株 🍴 人参 小 1/2本
- 🍴 鳥ひき肉 50~60g
- 🍴 かつお節 1g (1/2パック)
- 🍴 ごま油 小1
- 🍴 しょうゆ 小1 (加減してね)



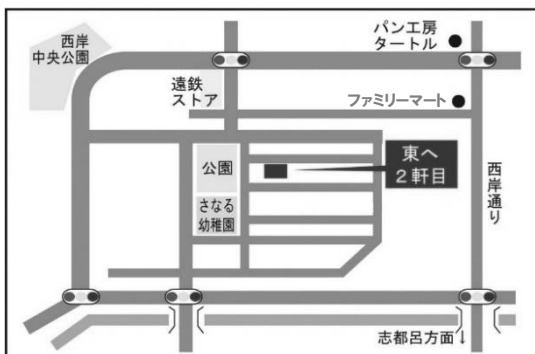
- ① 輪切りにしたニンジンとラップに包み、電子レンジ 600W で 1分加熱し、粗熱が取れたらみじん切りにする。
- ② 小松菜も洗ってラップに包み、600W で 1分加熱。水に取りよく絞ったら、みじん切りにする。
- ③ フライパンにごま油を入れ、鳥のひき肉を炒める。
- ④ ひき肉の色が変わったら①②を入れて炒める。
- ⑤ 水分がなくなったら、かつお節と醤油を入れ混ぜ合わせる。

📍 ひき肉の代わりに、塩抜きしたしらす干しても OK

駐車場は  
建物前5~6台  
第2P4台  
第3P2台

第2・3Pの場所は  
スタッフに  
お尋ねください

ご近所のお宅へ  
間違い駐車しないよう  
お願いします!!



○ころころルーム 浜松市西区大平台4丁目11-23 (駐車場は建物前と第2P)



●おでかけルーム 浜松市西区神原町772-6 (会館の駐車場が使えます)