



	月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3	4
午前				10時30分~11時 ママのストレッチ体操	10時~11時 保育士さんの親子あそびとお話		
午後				13時30分~14時30分 子育てサポートシステム 説明会			
	5	6	7	8	9	10	11
午前		10時~11時 助産師さん相談日	10時30分~11時30分 トーク&トーク	10時~11時30分 保育コンシェルジュ訪問日	10時30分~11時 お誕生日会		
午後							
	12	13	14	15	16	17	18
午前	休館日 (振替休日)	9時30分~11時30分 赤ちゃんの日	休館日 (スタッフ研修)	休館日 (天皇家誕生日)	10時~11時30分 栄養士さん相談日	10時~講座開始 「ほめ方、伝え方」講座	
午後		季節の工作		季節の工作 (ご利用中いつでも出来ます)			
	19	20	21	22	23	24	25
午前	季節の工作	10時30分~11時 ベビーマッサージ	10時30分~11時30分 保健推進員 訪問日	10時00分~11時00分 親子コンサート (金沢公会堂 多目的ホール)	休館日 (天皇家誕生日)		
午後			14時~14時30分 ママのストレッチ体操				
	26	27	28	29			
午前		10時30分~10時45分 読み聞かせ	10時~11時 歯の相談日				
午後							

マークのある企画は申込みフォームより⇒
マークのある日で、会場がママのわの企画の日は
12時より通常開催です



土曜日は
要予約です
予約はこちら→



	月	火	水	木	金	土	日
					1	2	3
午前					10時~11時 保育士さんの親子あそびとお話		
午後							
	4	5	6	7	8	9	10
午前		10時~11時 助産師さん相談日	10時30分~11時30分 トーク&トーク	10時30分~11時 ママのストレッチ体操	10時30分~11時 お誕生日会		
午後							
	11	12	13	14	15	16	17
午前	10時30分~10時45分 歌とリズム遊び	9時30分~11時30分 赤ちゃんの日	休館日 (スタッフ研修)	10時30分~11時30分 子育てパートナー訪問	10時~11時30分 栄養士さん相談日		
午後							
	18	19	20	21	22	23	24
午前	10時30分~11時10分 フットサルコートと ボール遊び	10時30分~11時 ベビーマッサージ	休館日 (春分の日)	休館日 (天皇家誕生日)	10時30分~10時45分 読み聞かせ		
午後	14時~15時 歯の相談日			14時~14時30分 ママのストレッチ体操			
	25	26	27	28	29	30	31
午前			10時30分~11時30分 保健推進員 訪問日				
午後							

季節の工作 (ご利用中いつでも出来ます)

定期的開催中の企画 (詳しくはホームページをご覧ください)

赤ちゃんの日

1歳未満のお子さん優先
同じくらいの月齢の方とお話や
ほんの少し先の成長を見られます
※10時30分~オンラインタッチケアも観られます

お誕生会 (予約制)

当日限定のお誕生日カードを
皆さんにプレゼント♡
会員の方は写真入りキーホルダー
をプレゼント

歌とリズム遊び

元幼児教室講師による親子で歌やリズム遊びをしながら五感を使って
「ことば」「いろ」「かす」などを楽しく覚える簡単な練習をしよう♪
乳幼児でも親子の触れ合いになりますよ

トーク&トーク

その時に困っていることや悩んで
いること、聞いてほしいことなど
みんなで話してストレス解消しま
しょう

季節の工作

お子さんも作れるように
キット化されていて簡単!
まだ出来ないお子さんでも
ママのリフレッシュにも
なると人気の企画です

産後の骨盤、首、肩 リセットストレッチ

妊娠、出産、育児と休まる間
もなく負担のかかった骨盤や
首・肩回りの日頃から出来る
ストレッチ

保健推進員 訪問日

今回の測定は
2月→体組成計
3月→BC チェッカー

ベビーマッサージ (予約制)

赤ちゃんの心と身体を育てます
バランス遊びも楽しみながら、
親子で笑顔に!
服の上からマッサージします

助産師さん相談

妊娠中のちょっと気になることから
産後のママの身体や赤ちゃんのこと
を助産師に相談できます
※電話相談も可能です

子育てパートナー 訪問日

子育てや妊娠中の悩みや不安
などを相談できる制度や機関の
情報を頂けます

保育コンシェルジュ 訪問日

保育園や幼稚園情報や手続
きなどをたくさん教えてい
ただけます

歯の相談日

歯磨きを嫌がるお子さんも
多く虫歯にならないか?!
など相談できます

保育士さんの 親子遊びとお話

現役保育士さんの手遊びや工作
気になっていることや不安など
質問してみよう

栄養士さん相談

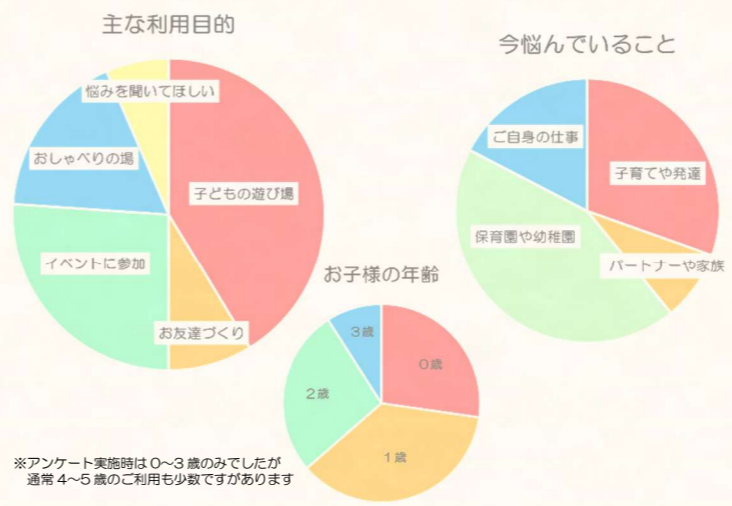
食べない、食べ過ぎる、偏食など離乳食
を含めて相談が出来ます
栄養相談・量の確認などご希望があれば
お気軽にどうぞ♪

子育てサポートシステム説明会
2/1 (木) 13時30分~14時30分

☆誰かに預けたいけど近くに頼れる人がいない
☆一時保育を利用したいけど予約が取れない
☆ほんの少しの時間リフレッシュしたい
そんな時に「子サポ」の方にみていてもらえると助かります
子育てサポートシステム事務局金沢支部 045-352-7110
①親子のお名前 ②お子さまの月齢 ③お住いの町名 ④電話番号
ご予約は直接事務局にお電話を! (①~④が必要です)

12月から食事が出来るようになりました
スペースの問題からまずは1日2組限定
12:30~13:00です
お弁当持参でお食事される方は
予約をお願いします
※遊ばれている方と同じお部屋です

令和5年度 利用者アンケート結果
2023年10月 (約2週間 20組 実施)



ママのわの良いところ

- ☆アットホームで少人数で遊べ、子どもやスタッフとの距離が近いので安心して遊べる
- ☆イベントや日々の企画が楽しい
- ☆スタッフが親切であたたかく優しい悩みも話せる
- ☆おもちゃが清潔

ママのストレス解消法を聞いてみました

- ☆子どもが寝た時にお一人カフェ
- ☆甘いものやおいしい物
- ☆ドラマを観る
- ☆カラオケ
- ☆イラストを描く
- ☆旅行
- ☆本屋さん
- ☆整体
- ☆ストレッチ
- ☆広場スタッフと話す
- ☆夜中のアイス
- ☆買い物やネットショッピング
- ☆パズル

※アンケート実施時は0~3歳のみでしたが
通常4~5歳のご利用も少数ですがあります