



# さわさわひろば



ひろちゃん



さわちゃん

色とりどりの落ち葉に秋の訪れを感じ

お散歩が楽しい時期ですね

“さわさわひろば”でおしゃべりしませんか



## 10月カレンダー



○常設ひろば ●出張ひろば ◇妊婦支援 □外国人支援 ★多世代支援

月	火	水	木	金	土	日
						1 ○
2	3 ○● 出張ひろば	4 ○	5 ○◇ 妊婦支援	6 ○	7 ○	8
9 ○	10 ○● 出張ひろば	11 ○□ 外国人支援	12 ○ はますくファイル・ノート week	13 ○	14 ○◇ さわちゃん day	15 ○★ 多世代支援
16	17 ○● 出張ひろば	18 ○ すこやか day	19 ○	20 ○	21 ◇ 妊婦支援 午後臨時休館	22
23 ○ ひろちゃん day	24 ○● 出張ひろば	25 ○	26 ○	27 ○ 特別セミナー	28 ○□ 外国人支援	29
30 ○	31 ○					

○常設ひろば 月曜日～日曜日

月 2 回 第 1.3 日曜開催 (翌月曜休み)  
 8:30~12:30 / 13:00~17:00  
 時間内はご自由にご利用ください。

●出張ひろば(曳馬協働センター)

9:30~14:30 (毎週火曜日)  
 3日、10日、17日、24日  
 親子であそびましょう。

<ひろばのプラスサポート>

※妊婦・外国人・多世代支援は予約が可能です。  
 予約はフォームや電話で受け付けています。

◇妊婦支援 <プレママ day>10:00~12:00

「おっぴいの話」  
 5日(木)、21日(土)  
 妊婦と産後の方が助産師  
 に相談できます。

[持ち物]  
 母子手帳  
 はますくファイル・ノート



予約  
OK!

□外国人支援 10:00~12:00

11日(水)、28日(土)  
 スペイン語・ポルトガル語・英語の通訳が来ます。  
 お近くに外国人の方がいたら、誘って遊びに  
 来てくださいね。

予約  
OK!

★多世代支援 10:00~12:00

「ふたごちゃんみつごちゃんあつまれ」  
 15日(日)

しずおか多胎児ネット主催の高山さんをお招きして、多胎児ならではの育児についてお話していただきます。

予約  
OK!

さわちゃん day (毎月第2土曜日)

10:00~11:00 / 15:00~16:00

スタッフと一緒にハロウインの  
 バッグの作業をしましょう!

この日のみの作業となります



ひろちゃん day (毎月第4月曜日)

10:30~/15:00~

動画を見ながらスタッフと  
 一緒に手遊びをしましょう♪



はますくファイル・ノート week(毎月第3週)

はますくファイル・ノート  
 を持って来て、こどものひろば  
 での様子や日々の成長を  
 記録しましょう。



すこやか day (毎月第3水曜日)

10:00~11:30

保健師さんがきます。育児の悩みや発達の  
 相談ができますよ。予約優先になります。

## 多世代支援

### 10月テーマ【ふたごちゃんみつごちゃん集まれ】

開催日時：10月15日(日) 10時～12時  
 講師：しずおか多胎ネット高山さん  
 定員：6組(応募多数の場合は抽選)  
 申込：電話・Webフォームより →  
 【申込締切 10月10日】

しずおか多胎ネット主催の高山さんをお招きして、ふたご・みつごならではの育児の悩みやアイデアをみんなで話しましょう。



## 妊婦支援

### 10月テーマ【おっぱいの話】

開催日時：① 10月5日(木) 10時～12時  
 ② 10月21日(土) 10時～12時  
 講師：ひろば担当助産師  
 定員：6組  
 申込：電話・Webフォームより →

パパやブレバパも一緒に参加できます。赤ちゃん人形を使って抱っこ・着替え・沐浴など体験ができます。先輩ママの話も聞けますよ。



## 特別セミナー

### 【乳幼児の便秘とママのリンパトーンマッサージ】

開催日時：10月27日(金) 10時～11時  
 講師：管理栄養士  
 定員：8組(応募多数の場合は抽選)  
 申込：電話・Webフォームより →  
 【申込締切 10月25日】

乳幼児の便秘についての話とママのためのリンパの流れを良くするリンパトーンマッサージを教えてください。



## すこやか day

### 【保健師さんとおしゃべり会】

開催日時：10月18日(水) 10時～11時30分  
 定員：6組  
 申込：電話・Webフォームより →  
 【申込締切 10月16日】

ひろばに遊びに来ながら、日頃の育児についてみなでおしゃべりしましょう。個別相談をご希望の方はフォームから申し込みます。



## ボランティア募集

10月14日(土) 10時～11時 ひろば花壇の整備を行います。  
 直接ひろば花壇にお集まりください。飛び入り大歓迎ですよ！(小雨決行)  
 11月4日(土) 10時～11時 チューリップの球根を植えます。

## ～ひろばご利用にあたってのお願い～

感染症予防を対策のうえ、ひろばを開催しています。  
 体調不良の方や風邪の症状がみられる方は、利用を控えてください。  
 ひろばや講座の開催が変更となる場合があります。

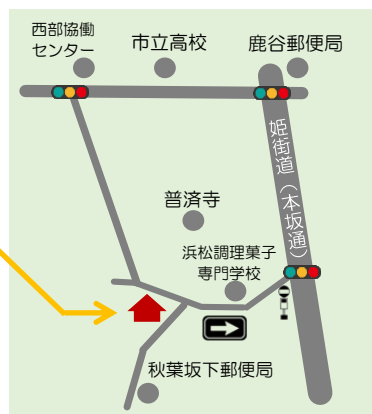
## MAP

### 常設ひろば

広沢三丁目 11-9 さわさわひろば  
 (遠鉄バス「鹿谷南」下車徒歩5分)

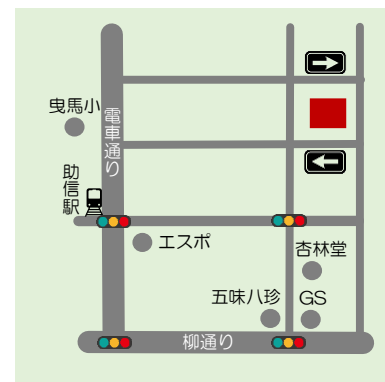


- 駐車場：9台
- 駐輪場：あり



### 出張ひろば

中区曳馬 3-13-10 曳馬協働センター 2F 和室



さわさわひろば  
LINE 公式アカウント



さわさわひろば  
Instagram アカウント

最新の情報を  
案内していて  
ひろばの様子  
もわかるよ



## 浜松市子育て支援ひろば「さわさわひろば」

〈対象〉妊婦・0歳から就学前の親子・小学生  
 ※小学生は子どもだけでも利用できます  
 電話：053-451-6558(8:30～17:00)

メール：sawasawa@hamamatsu-pippi.net



認定NPO法人 はままつ子育てネットワーク ぴっぴ