

どんぐりひろば

令和7年6月号

＜開催情報＞

対象：妊婦、概ね3歳未満の乳幼児とその保護者

ハンディのある子もない子も大歓迎です

利用料：無料（長期休みは小学生まで）

【常設ひろば】月～金 8:30～13:30

【出張ひろば】水曜日 9:00～14:00

場所：ゆたか緑地（長期支援対象外）



浜松市子育て支援ひろば事業

「どんぐりひろば」

社会福祉法人 みんなの森福祉会

どんぐり保育園



〒431-3111 静岡県浜松市中央区中郡町1802-2

TEL：070-3350-6875（ひろば直通）

TEL：053-433-5330（どんぐり保育園）

Eメール：donguri_mori@cup.ocn.ne.jp

※プラスサポート開催日も常設ひろばを開催します。 ※駐車場での事故や盗難等の責任は負いかねます。
※開催内容等園行事で変更になることがあります。 ※詳しくはお気軽にお尋ね下さい。

○常設ひろば ●出張ひろば ◇妊婦さんと家族のための講座 ☆発達支援 ★多世代支援 ◎長期休暇支援

月	火	水	木	金	土
2 ○★ 多世代支援(予約制) 孫育て 10:00～12:00	3 ○ 赤ちゃん会	4 ○● 出張ひろば	5 ○☆ にこっと	6 ○	7
9 ○	10 ○◇ 妊婦さんと家族の ための講座	11 ○● 出張ひろば	12 ○☆ にこっと	13 ○	14
16 ○	17 ○ 赤ちゃん会 0歳身体測定 はまずくノート持参	18 ○● 出張ひろば	19 ○☆ 発達相談 10:00～12:00 ※個別相談予約制	20 ○★ 多世代支援(予約制) 14:30～15:30 個別 15:30～16:30 講座	21
23 ○ 1、2歳身体測定 はまずくファイル or ノ ート持参	24 ○◇ 妊婦さんと家族の ための講座	25 ○● 出張ひろば	26 ○☆ にこっと	27 ○ お誕生会	28
30 ○					

○常設ひろば

金…リズム遊び(10:00～)

月～金…園庭遊び

火…赤ちゃん会 ※バスタオル持参

10:00～「つむぎ体操」を行います

お母さんたちとお話会も行います

身体測定にははまずくファイル or ノート持参

●出張ひろば

食事が出来ます

場所：ゆたか緑地

水曜日…9:00～14:00



◇妊婦さんと家族のための講座 10:00～12:00

※バスタオル、親子健康手帳（母子健康手帳）

はまずくノート持参

妊婦さんご家族、0歳の赤ちゃん親子が対象です

先輩ママや赤ちゃんと一緒に体操や交流をします

助産師さんを囲んで『赤ちゃん用品』の話をします

☆発達支援 「にこっと」 10:00～12:00

保育士がお子さんの成長や発達の相談を受けています

親子でミニプログラムを楽しみましょう

19日(木)は野藤弘幸先生に相談できます※個別相談予約制

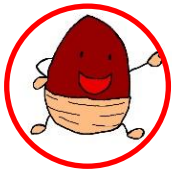
★多世代支援

2日(月)…子育てをしている方対象の講座です

20日(金)…子育て中の親子対象の講座です ※予約制

※小学校入学までのお子さんの保護者対象です





子どもの便秘について



ひろばでお母さんたちからお子さんの『便秘』についてよく相談があります。便秘と言ってもお子さんによっても様々なので、発達相談に会場されている野藤弘幸先生に子どもの便秘についてお話をうかがってみました。先生によると子どもの腸活はとても大切との事！それだけでなく腸活は皮膚のコンディションにも関係し、腸と皮膚が脳の働きにもとても関係してくるのだそうです。

ですから「便秘にならないように腸活をする事と保湿などのスキンケアは脳の働きの為にも乳幼児期には大事なんだよ」とおっしゃっていました。では、その腸活の為にどうしたらよいのかという事になりますね！まず意識して取り入れるお勧めの食品は大人と同じで味噌や納豆、ヨーグルト、甘酒等の発酵食品と海藻類やいりこなどのミネラル分を摂る事。オリゴ糖やココナッツオイルを使用するのも良いとの事です。ただし、それらを摂取することによりあまり神経質にならないように、色々な食品をバランスよく取り、その上で適度な運動も必要です。また、生活習慣病の原因となる塩分や糖分・油分も大人になって気をつけるのではなく、子どものうちから気にかけてともお話されていたので、子どものころからの食生活が成長過程では重要になることが分かりました。

ひろばでも引き続き食事の話等を皆さんと一緒にたくさんお話していきたいと思っています。

おねがい

感染症対策を行い、ひろばを開催しています

- ① マスクの着用は個人の判断に委ねます。会話を行う場合はマスクの着用を推奨します。
- ② 体調不良の方や風邪症状の見られる方はご利用をお控えください。

＜多世代支援講座の案内＞

●6月 2日（月）孫育て

・時間 10:00～12:00



※お孫さんの事など一緒におしゃべりしましょう

●6月20日（金）発達相談 ※予約制

・時間 14:30～15:30 個別相談
15:30～16:30 発達講座



※野藤弘幸先生による発達相談、講座です

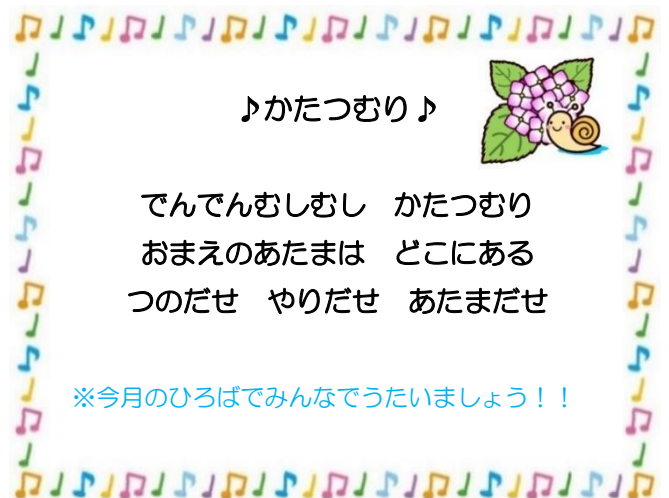
＜発達相談のご案内＞

●6月19日（木）※個別相談は予約制

・時間 10:00～12:00 個別相談

※電話での予約は受け付けておりません

出張ひろば ゆたか緑地事務所大広間
中央区豊町 6480—1 TEL 435-4158



※今月のひろばでみんなであいましょう！！

どんぐりひろば 児童発達支援事業所「ころころ」2階
中央区中郡町 1802-2 TEL 070-3350-6875

