

2024年



# よいこのへや

ファミサポ説明 & 会員登録随時受付中

| 日程   |                   | イベント名                         | 講師 | 予約    | memo (持ち物等)                      |
|--|-------------------|-------------------------------|----|-------|----------------------------------|
| 6 / 3 (月)  | 10:00~11:30       | 楽ちん抱っこ相談会                     | 専  | 要     | 抱っこひも2つまで                        |
| 6 / 4 (火)  | 13:30~<br>(時間希望制) | 助産師相談会                        | 専  | 要(※1) | どなたでも・おひとり20分程度<br>相談内容自由        |
| 6 / 5 (水)  | 13:30~14:30       | ほっこりお話し会                      | —  | 要(※2) | 別室無料託児付                          |
| 6 / 7 (金) シルバー行事のため終日閉所                                  |                   |                               |    |       |                                  |
| 6 / 9 (日)  | 10:30~12:00       | プレママプレパパフェス                   | 専  | 要(※3) | 白袴在住または里帰りの<br>プレママプレパパのみ        |
| 6 / 10 (月)   | 10:00~11:00       | リラックスヨガ                       | 専  | 要     | 別室無料託児付・水分                       |
| 6 / 13 (木)   | 13:30~15:00       | 手形足形アート                       | —  | 要     | 別室無料託児付                          |
| 6 / 14 (金)   | 10:00~11:00       | うごいてあそぼ!                      | 専  | 不要    | どなたでも・水分                         |
| 6 / 16 (日)   | 10:00~15:00       | 日曜開所日                         | —  | 不要    | どなたでも                            |
| 6 / 17 (月)   | 10:30~11:30       | ベビーマッサージ<br>~ママのご褒美ハンドマッサージ付~ | 専  | 不要    | 生後2ヶ月目~・バスタオル<br>オイル代500円(クーポン可) |
| 6 / 19 (水)   | 10:30~11:30       | 歯科衛生士さんによる歯の相談会               | 専  | 要(※4) | お使いの歯ブラシ・別室無料託児付                 |
| 6 / 25 (火)   | 10:30~11:00       | ピアノとうたお♪                      | 専  | 不要    | どなたでも                            |
| 6 / 28 (金)   | 13:30~15:00       | 乳幼児救命救急講習会                    | 専  | 要(※5) | どなたでも・別室無料託児付                    |
| 6 / 4 (火) スタッフ会議のため11時OPENです☆                            |                   |                               |    |       |                                  |
| 【ご予約方法：①来所、②電話83-4415、③よいこのへやFacebook or Instagramメッセージ】 |                   |                               |    |       |                                  |

### ※1 助産師相談会

プレママからオススメ(\*'V')☆ 予約制の無料個別相談です。  
母乳足りてるかな? ミルクの足し方が分からない... など、  
お悩み中の方、妊娠中の方、その他『助産師さんとお話したい!』  
という方、どなたでもどうぞ(\*^^)v 体重測定もできます。  
お知り合いの中に、妊娠中の方がおられましたら、  
ご紹介いただくと嬉しいです♡ (↓併せてお願いします♡)

### ※3 プレママプレパパフェス

**今こそ! 『夫婦』から『家族』へアップデートのとき!!**  
助産師とよいこのへやのスタッフが提案するプレママプレパパ向けの  
新しいイベント。盛り沢山の内容になっています(\*^^)v

- ☆お産について知ろう
- ☆妊娠～出産～育児、パパができるサポートは?
- ☆パパの育休について
- ☆先輩ママパパと交流しよう など
- ★講師: 日高真理子さん(助産師/助産所 宙 SORA)
- よいこのへやスタッフ(保育士・子育て支援員)
- ★協力: 先輩ママパパ

**この日は、プレママプレパパさんのみの利用とさせていただきます。**

上のお子様は、スタッフが見守ります。  
お申込みはコチラから→→→



### ※2 ほっこりお話し会

たまにはお子様と離れて、ママ達だけで飲み物を囲んでほっこり  
子育てトークをしましょう♪  
些細な悩みでも、みんなでワイワイ共有すると、心が軽くなるもの。  
子育て・生活を整える・家庭と仕事の両立、何かヒントが得られるかも!  
聞いてほしい! 悩みとモヤモヤ、よいこにたくさん吐き捨てて気持ち良く  
お帰りいただければと思います(\*^^\*)  
先月は「復職後の家事育児分担」の話で盛り上がりました☆

### ※4 歯科衛生士さんによる歯の相談会

★講師: 松井たまみさん(大分県歯科衛生士会)  
歯ブラシはいつから使う? 歯医者デビューはいつ?  
フッ素塗布ってナニ? どんな歯ブラシがいい?  
指しゃぶりは歯並びに影響する? などなど、歯に関する  
疑問・お悩みありませんか? 3ヶ月に1度の歯の相談会。  
この機会にスッキリしましょう(\*^^)v



### ※5 乳幼児救命救急講習会

水遊びの機会が増えるこれからの時期。  
ほとんどの方が乳幼児人形を使った心肺蘇生は経験ないのでは?  
そこで今回は、心肺蘇生法、AEDの使用法、誤飲時の対処、事故の防止等  
について、消防署の方に教えていただくことになりました。  
“子どもの命を守る学びの時間”、一緒にみんなで過ごしませんか?



- ★相談会: 日高真理子さん(助産師/助産所 宙 SORA)
- ★ベビーマッサージ: 児玉 理恵佳さん(ベビーマッサージインストラクター)
- ★ピアノとうたお♪: 児玉 彩さん(ピアノの先生)
- ★リラックスヨガ: 甲斐 愛さん(ヨガ・マタニティヨガインストラクター)
- ★うごいてあそぼ!: 竹村 千晶さん(理学療法士)
- ★楽ちん抱っこ相談会: 利光 優花さん(ベビーウェアリングアドバイザー)
- ★ほっこりお話し会: 祖父江 美幸(保育士・子育て支援員)

～未就学のお子様とその保護者が自由に集える～

# よいこのへや



## 概要

- 開館日：月～金(9時～16時)・第1火曜(11時～16時)・第3日曜(10時～15時)
- 料金：親子での利用は無料(イベントによっては実費をいただくものもございます)、一時預かり有料
- 運営：(公社)白津地域シルバー人材センター
- スタッフ：シルバー&先輩ママスタッフ、常時2名以上で対応

## 一時預かり

- 日時：開館中、予約なしでOK!(ただし、日曜日は除きます)
- 対象：未就学児(白津市にお住まい or 里帰り中)  
お仕事以外ならどんな用事でもOK!(例:各種手続・病院・美容院・リフレッシュ・家事など)
- 料金：1時間300円/人(おいた子育てほっとクーポン使用可)

## 日程等の詳細は、市報・毎月のおたより・SNS等をご覧ください

- 妊娠期～乳幼児期まで楽しめるイベントを実施しています。
- 子育て情報の提供や、相談もお受けしています。
- 親の学びになるような、親育ちプログラムも定期的を実施しています。(無料託児付)
- ご家族みんなでご利用できるように、毎月1回日曜日も開所しています。(一時預かりはなし)
- ベビー用品を無料貸出しています。(ベビーベッド・ベビーカー・ベビーバスなど)
- ベビー&キッズ服のおさがりを無料で受入・譲渡しています。

## 活動内容

## 利用された方の声

- 予約不要で、気軽に子どもを預けられる場所があって助かります。
- 上の子の時からよいこのへやを知ってはいたけど、来る勇気がありませんでした・・・  
第2子から利用していますが、もっと早くから利用しておけばよかったです。
- “子どものために・・・”と思って利用し始めましたが、今では“私の居場所”になっています。
- 近くに祖父母がいない場所での子育てで不安ですが、よいこのへやの存在にいつも助けられています。
- 子育て初めての私にとって、先輩ママといつでも話せる場所があるのは心強いです。
- 初めての子を妊娠中です。生まれた後に利用できる場所があると知り、安心しました。

## スタッフより

可愛い子ども達の笑顔と成長がスタッフの元気の源!  
白津の親子みんなの幸せを願い、“子育ての伴走者”として寄り添いながら  
応援し続けたいと思っています。  
ここでたくさん親子に出会い、子育ての喜び・悩み・不安を共有し、  
相談し合うことで、期間限定の“子育て・親育ち”の時間がグンと楽しく  
なりますよ♪ お気軽に遊びにいらしてくださいね♪



## 令和5年9月1日より移転しました!



これから色々と整えていきます。  
お楽しみに☆

- 場所：白津市大字江無田1343-1  
(アニマードとENEOSの間・駐車場あり)
- TEL：0972-83-4415
- メール：yoikonoheya@circus.ocn.ne.jp
- お問合せ：TEL・メール・SNSダイレクトメッセージ  
(子育て支援担当：祖父江)



Facebook



Instagram

行事予定や活動報告はコチラ。  
お越しになる前に、ぜひご覧に  
なってみてくださいね☆  
可愛い写真や子育て情報を  
載せています(\*^^)v

## ファミサポは保険のつもりで登録を!

### ファミリー・サポート・センター事業をご存知ですか?

助けてほしい人(依頼会員)が、手助けできる人(提供会員)に依頼し、子育てを援助してもらう活動@ファミサポ。(有料)よいこのへやは、センターとして二者間の調整をしています。『へえ～、こんな便利なサービスあるんだ!』と、知っている方が増えるだけでも嬉しいです。“保険”のつもりで登録もOK!  
手助けしてくれる親戚がいない、仕事復帰を控えた方には  
おすすめしています☆

- 入会&年会費無料 ●利用するには登録が必要ですが登録時に制度・利用方法についてご説明があります。説明&登録は常時おこなっています。お声掛けください。

初回登録で、  
小学校卒業まで  
利用可能☆



## 避難訓練を実施しました!

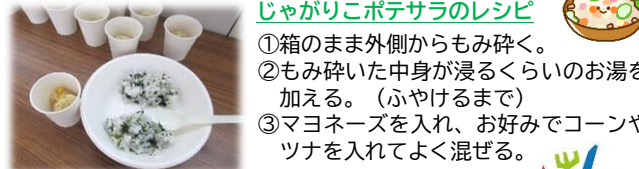


スタッフやママがおんぶして避難。2分以内で避難完了しました!  
避難する時は、両手が空くおんぶがオススメです。  
避難訓練後、スタッフみんなとお茶会♪  
『毎月でもやってもらいたい♡』と、ママ達にとっても好評でした(\*^^)v  
利用者の皆さんとの避難訓練は貴重です。またご協力お願いします♡

## 簡単防災クッキングの様子



ママ女性防災士の薬師寺琴美さん(うすき女性防災士連絡協議会)を講師にお招きし、いつ起こるか分からない災害に対して、どのように準備をしているのか、避難リュックには実際に何を入れているのか、教えていただきました(\*^^)v  
質問もたくさん出て、ママ達の真剣な様子が伝わりました!  
じゃがりこポテトサラダや、アルファ化米のわかめご飯も試食。想像していたより美味しく、とても楽しく学ぶことができたと思います♪  
あとは実践あるのみ!ですね。



### じゃがりこポテトサラダのレシピ

- ①箱のまま外側からもみ砕く。
- ②もみ砕いた中身が浸るくらいのお湯を加える。(ふやけるまで)
- ③マヨネーズを入れ、お好みでコーンやツナを入れてよく混ぜる。

↑うまい!! ↑お土産も準備♪ ↑水(要60分)とお湯(要15分)で作った  
(白津市防災危機管理室より) わかめご飯の食べ比べ♪



## その他の情報