

2026(R8)



子育て支援センター



であい ふれあい そだちあい
楽しい子育て応援します！

肌に触れる風も段々と冷たくなり、晩秋の気配が感じられるようになりました。園庭のイチョウの木も実を落とし、黄色く色づいてきています。今月は身体に関する講座を設けています。寒い冬を元気に乗り切るために一緒にお勉強していきましょう！



アタッチメント・ベビーマッサージ

日 時: 11月5日(木)

おひさまクラス…2回目以降の方

10:00~11:00

ひよこクラス…初めての方

13:00~14:00 (8組)

場 所: ひだまりルーム

参加費: おひさまクラス(200円)

ひよこクラス(1,700円)(オイル代約10回分)

持参物: バスタオル・水分補給できるもの(授乳 OK)・おむつ・おしり

ふき・タオル等(おひさまクラスの方はテキストも忘れずに！)

ママ(パパ)とBabyとの深いアタッチメント(愛着関係)形成に着目した

ベビーマッサージです♡パパも是非一緒に！

ひだまり青木美知子がインストラクターとして毎月行っています♡

申し込みは
“ジモイク”
で受付中♡



保健師さんと話そう

～知っておきたい感染症対策～

日 時: 11月13日(金) 10:00~11:30

講 師: 有吉 七海さん

(山口市保健センター保健師)

募集人数: 10組

参加費: 無料

場 所: ひだまりルーム

持参物: 筆記用具等

*家庭での対策について、一緒に考えてみましょう。

質疑応答の時間も設けます。気になっている

ことなど保健師さんに聞いてみましょう！

申し込みは
ジモイクで！



子育て支援センターひだまりでは…

☆おおきくなったかな(身体測定)

月2回(10日・20日前後)

身長計・体重計・記録カードを準備して待っています。(予約不要)



☆誕生日カードづくり(毎月15日前後)

生まれ月のお友だちのお祝いカードを作りましょう。手型・足型もとるよ♡

(予約不要)



♡Babyの日(毎週1回)

ねんねの赤ちゃんからつたい歩きの赤ちゃんまでのおともだち・ママ・パパの日ですゆったり、のんびり安心して過ごして欲しいです♡(予約不要)

☆フシママさんおしゃべり会(月1回) 10:00~11:30

(妊娠中のママ・パパから出産後6か月までの親子)

初めての妊娠でいろいろと不安がいっぱいではないですか？

二人目・三人目育児も…(兄弟姉妹の参加もOKです)

お茶を飲みながらリラックスタイム♡

参加のママ・パパ・スタッフとのおしゃべりを楽しみましょう！

(参加希望の方は、事前にお知らせください)



お楽しみ講座(月1回) 時間は講座内容によって変わります

★ルーム・園庭開放 9:00~15:00

*ひだまりは月曜日から金曜日まで毎日開いています！

ひだまり 090-6842-4922(直通)

講座やイベントの申し込み方法が変わっています！

山口市からの提案で“ジモイク”子育て支援WEB予約サービスを活用していくことになりました。

初めに会員登録をすることでスタートです。

登録は右横のQRコードからできます★

詳しいお知らせはひだまりにもチラシを

準備していますのでご覧ください♡



会員登録 QR コード

大人になっても元気に過ごせる我が子の腸活法

日 時: 11月18日(水) 10:30~11:00

講 師: ロミロミ腸セラピスト 古谷 優子先生

募集人数: 8組

参加費: 無料

場 所: ひだまりルーム

持参物: 筆記用具等

*便秘で悩んでいませんか？

*3歳までに腸内環境が決まる!! その土台をしっかり作ろう!!

子どもにお勧めの腸活を学ぼう!!

申し込みは
ジモイクで！

2026年11月 ひだまりさん 🌞 カレンダー

開所時間★(9:00~15:00) (講座等によっては変更有)

	曜	午前(9:00~12:00)	午後(12:00~15:00)
1	日		
2	月	★	★
3	火	文化の日	
4	水	★	★
5	木	アタッチメント・ベビーマッサージ	アタッチメント・ベビーマッサージ
6	金	★	★
7	土		
8	日		
9	月	☆ おおきく	なったかな ☆
10	火	★(園庭のみ)	★(園庭のみ)
11	水	♡ Baby	の日 ♡
12	木	★	★
13	金	保健師さんと話そう	★
14	土		
15	日		
16	月	☆ 11月生まれさん	おめでとうカード ☆
17	火	★(園庭のみ)	★(園庭のみ)
18	水	我が子の腸活法	★
19	木	♡ Baby	の日 ♡
20	金	☆ おおきく	なったかな ☆
21	土		
22	日		
23	月	勤労感謝の日	
24	火	★(園庭のみ)	★(園庭のみ)
25	水	★	★
26	木	フシママさんおしゃべり会	★
27	金	♡ Baby	の日 ♡
28	土		
29	日		
30	月	★	★

*11月10日・17日・24日(火)は、BPI プログラム実施のためルームは使えません。
園庭のみ開放します。