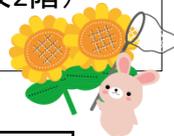


ぽっかぽか通信

8月の
予定



第114号 平成30年 7月20日発行
 みんなの広場・ぽっかぽか／出張ひろば・ぽっかぽか
 (倉敷市美和1丁目8-5 山内服装専門学校2階)
 TEL (086)427-5550 FAX (086)436-6270



○7月20日～8月31日のぽっかぽか利用について お願い○
10時から12時まで(月・火・金)を、未就園親子タイムとさせていただきます♪

みんなの広場・ぽっかぽか (in美和・山内服装専門学校)

毎週(火) 10時30分から11時30分まで
 13時から14時30分まで
きょうこおばちゃんのきれいなママ講座

初回 1,000円 2回目以降700円 (月2回受講可能な方)
 お子さんとともに別室で受講します！
 ※ 8/14(火)はお休みです！

8月25日(土) 10時から12時まで
多胎児親子のつどい♡びよっこタイム♪

ふたごちゃん、みつごちゃん あつまれ～！

双子育て中の先輩ママや助産師さん、ひろばスタッフがお待ちしております。

多胎妊婦さんも大歓迎です。ぜひ遊びに来てくださいね！
 (多胎児親子限定のひろばです。)

☆毎週水曜日は、赤ちゃんタイム☆

水曜日(10時から12時)は 6か月までの赤ちゃん和妈妈、
 そしてプレママの時間です。

12時から15時までは、みんなの時間です。

☆毎週木曜日は、0+1 (ゼロいち) の日☆

木曜日は 0歳、1歳の親子のみの時間です。

月	火	水	木	金
		1	2	3
6	7	8	9	10
13	14	15	16	17
20	21	22	23	24
27	28	29	30	31

午後はお休み！
 12時までの開所です♪
 ご注意ください。



子育てコラム～眠りが育てる子どもの力

倉敷で想像もしなかったような災害が起きてしまいました。被災された方々には心よりお見舞い申し上げます。今回の災害は被災していない私たちも不安を感じずにはいられませんでした。子育て中のお母さま方には尚のことと思います。でも、お母さんのストレス(不安、心配、悲嘆、怒り…)などは子ども達の眠りにもダイレクトに影響します。例えば、寝る前に怖い物語などを読むと眠れなくなったり、極度に疲れたりしても子どもは興奮状態になり、なかなか寝付けなくなります。お疲れの日もあることと思いますが、子ども(乳幼児も)を寝かしつける時は穏やかに笑顔で、また本や紙芝居なども選んで読んであげてくださいね！そして、お母さま自身、不安に思う事があれば「ぽっかぽか」さんにご相談ください。眠れない…等の悩みがあればご相談に乗らせていただきます。

睡眠改善シニアインストラクター 原 陽子



きくちゃんの何でも相談タイム (10時～12時) は

8月7日(火) みんなの広場

8月10日(金) 出張ひろば

【きくちゃんの何でも相談タイムとは・・・】

助産師 長谷川喜久美さんが来てくれます。ちょっと気になるこんなこと、あんなこと、相談してみませんか？

出張ひろば・ぽっかぽか (倉敷幼稚園)

毎週金曜日 10時から15時 のみ開所☆

※ 幼稚園東門のインターホンを必ず押してください。
 スタッフがお迎えに行きます。正門のインターホンは幼稚園につながっているので、押さないでくださいね。

