



ほっと広場の様子や情報は市のホームページにも掲載しています。

寝屋川市在住の0歳児から就学前の子どもと保護者が利用できます。妊婦さんも気軽にお越しください。

まなびの広場



「親子リトミック」(10組)

5月14日(水) 10:30~11:15

音楽に合わせて親子で身体を動かしましょう。

講師：末吉 なおみさん

対象：令和4年4月2日~令和5年4月1日生まれの子どもと保護者

申込開始日：5月7日(水)

電話受付 10:00~16:00 **先着順**

「妊婦さん集まれ」(5組)

5月24日(土) 10:30~11:15

楽しいマタニティライフが送れるよう助産師さんとお話しましょう。

講師：北田 友香さん



対象：安定期に入った妊婦さん【夫婦での参加可】

申込開始日：5月17日(土)

電話受付 10:00~16:00 **先着順**

「イマドキ子育ておしゃべり会~with助産師さん~」

5月1日(木) 10:15~11:00

ママの産後の体のケア、授乳、妊娠について、助産師さんをお話しませんか？

講師：野村 由香さん



※当日、直接お越しください。

まなびの広場

「産後ママの骨盤ケア教室」(6組)

5月28日(水) 10:30~11:15

家でできる簡単なストレッチを覚えてもらって、ママ同士と一緒に身体を動かしましょう。

講師：村上 久美さん



対象：生後3か月~9か月の子どもと保護者

持ち物：バスタオル2枚

申込開始日：5月21日(水)

電話受付 10:00~16:00 **先着順**

「ちょこっと英語」(10組)

5月29日(木) 10:30~11:15

日常生活のなかに、ちょこっとした英語を取り入れてみませんか？

講師：中平 基子さん



申込開始日：5月22日(木)

電話受付 10:00~16:00 **先着順**

「妊婦さんのための施設見学会」(4組)

5月13日(火) 10:30~11:30

おやこほっとステーションを一緒に見学しませんか？

対象：安定期に入った妊婦さん(夫婦での参加可)

申込開始日：5月6日(火)

電話受付 10:00~16:00 **先着順**

もよおし広場



「こどもの日の集い」

5月3日(土) 10:30~11:30

中央小学校校区の方によるエイサーがあります。

※当日、直接お越しください。

ほっとさんのマッサージ

を使って

「歯ブラシ 全身マッサージ」(4組)

5月7日(水) 13:30~14:15

歯ブラシを使って鍼灸師さんに、【不眠・夜泣き 食欲不振など】身体を整えるツボの流れを教えてくださいましょう。



持ち物：大人用の歯ブラシ

申込開始日：4月30日(水)

電話受付 10:00~16:00 **先着順**

「ベビーマッサージ」(6組)

5月13日(火) 13:30~14:00

親子でふれあう時間をつくってみませんか？



対象：生後1か月健診後~1歳未満まで

持ち物：バスタオル

申込開始日：5月6日(火) **※初回の方優先**

電話受付 10:00~16:00 **先着順**

5月の予定 休所日…第2日曜日

※交流会や講座がある日も空いている部屋で遊ぶことができます。

開所時間 10:00～16:00

※体調不良のときは
利用を見合わせてください。

各交流会は電話での予約が必要です。
(実施日の1週間前10:00から受付開始)
きょうだい保育の受付も1週間前からです。(先着2名)
※初めて参加される方優先の枠があります。

日	月	火	水	木	金	土
「個別相談」 子どもの成長の中で、こんな時どうしたら？等、 気軽に相談してください。随時受け付けています。				1  イマドキ子育て おしゃべり会	2  ほほん広場 幸町公園	3  こどもの日の集い
4	5	6	7  歯ブラン 全身マッサージ	8  ぺんぎん交流会	9  くじら交流会	10
11  休所日	12  誕生日会  身体測定	13  妊婦さんのための 施設見学会  赤ちゃん交流会 ベビーマッサージ	14  親子リトミック	15	16	17
18	19  誕生日会  身体測定	20  赤ちゃん交流会	21	22  ぺんぎん交流会	23  みんなであそぼう	24  妊婦さん集まれ
25	26  誕生日会  身体測定	27  赤ちゃん交流会  くじら交流会	28  産後ママの 骨盤ケア教室  ほほん広場 ピバモール寝屋川	29  ちよこつと英語	30	31



赤ちゃん交流会 12組

☆生後1か月健診後から1歳0か月までのお子さんと保護者の方対象の交流会です。きょうだい保育あります。妊婦さんも参加できます。看護師のプチ情報や手遊び・ふれあい遊びで楽しみましょう。

13、20、27日(火曜日) 10:30～11:15



ぺんぎん交流会 10組

☆1歳0か月から2歳0か月までのお子さんと保護者の方対象の交流会です。きょうだい保育あります。一緒に様々な遊びやお話を楽しみましょう。

8、22日(木曜日) 10:30～11:15



くじら交流会 10組

☆2歳0か月から4歳0か月までのお子さんと保護者の方対象の交流会です。きょうだい保育あります。一緒に製作や遊びを楽しみましょう。

9日(金曜日) 10:30～11:15
27日(火曜日) 14:00～14:45



身体測定

12、19、26日 (月曜日)
10:15～11:00
13:15～14:30



誕生日会

10:15～15:30

誕生月の子どもはカードに手形が押せます。

☆スポットタイム11:45頃、おかえりタイム15:45頃

ほっとさん(ボランティアさん)とお楽しみ ★毎週金曜日…えほんタイム スポットタイム中

★毎週火曜日…山ちゃん紙芝居 おかえりタイム中 ★第2、4木曜日…似顔絵 11:30頃 抽選

※都合により日程変更やお休みになる場合があります。お気軽にお問い合わせください。

☆幸町公園 2日(金)

10:30～11:00
(雨天時中止)



☆ピバモール寝屋川 28日(水)

14:00～14:30

体操、ふれあい遊び、絵本の読み聞かせ等、一緒に楽しみましょう。

※当日、直接お越しください。



みんなであそぼう

「新聞紙あそび」

23日(金曜日) 10:15～10:45

※当日、直接お越しください。