



# 門真市地域子育て支援センター ひよこだより 3月号

No. 36

門真市御堂町14-1 門真市保健福祉センター3F  
TEL 06-6904-8601 担当 中村 時枝

少しずつ暖かくなり始め、柔らかな春の日差しを感じるようになりました。  
再びコロナウイルスの感染拡大による蔓延防止等措置の為、休館となってしまいました。  
ひよこる～むとしては、少しでも皆さんの側に寄り添いたいという思いで、オンライン上で活動しています。  
各イベントはZOOMで行い、参加者と会話をしながら歌を歌ったり、ダンスをしたりしながら、  
約30分間、楽しいひと時を共有しています。赤ちゃんたちだけでなく、保育園・幼稚園の登園を自粛して  
いるお友だちも参加してくれています。ZOOMイベントに参加するのが難しい場合でも、Twitterにて、  
季節の歌やふれあい遊びなどを配信していますので、お子さんとのふれあいタイムでのアイテムとして見て  
いただき、一緒に楽しんでもらえると嬉しいです。是非、ご活用ください。  
Twitterのアプリをお持ちでなくてもインターネットで検索していただくことで、ご覧になれます！  
キーワードは「ひよこる～む Twitter 🔍」です。ZOOMイベントでのご参加もお待ちしております。  
そして何よりも、蔓延防止等措置が解除され、皆さんの笑顔に会えるのを楽しみにしています！

## 2月の ひよこる～む(ZOOM)



ベビー  
マッサージ



♪おにのパンツ♪



つくってあそぼう！



# 知っておきたい！赤ちゃんの眠り基礎講座

～良いねんねでママもパパもすっきり子育て～



なかなか  
生活リズムが  
整わない

寝かしつけが  
うまくいかない



夜中に  
何回も起きる



お昼寝って  
必要なの？

日時：3月1日（火）10：30～  
内容：赤ちゃんの眠りについて  
対象：0～未就学児と保護者  
場所：保健福祉センター 多目的ホール

要申込 2月15日（火）  
Zoomでの参加も可能です

赤ちゃんがぐっすり眠ってくれると、ママもパパも「ほっ。」と一息。

だけど、実際に子育てをしていると、思った通りにいかないことの方が多かったりもします。

今回は、各地で講座や相談会を実施されている「乳幼児睡眠アドバイザー」の方にお越しいただき、赤ちゃんの眠りについてお話していただきます。

激しい夜泣き、生活リズム、寝かしつけなど、いま抱えている悩みにきっと寄り添ってくれるはず…。ぜひ、この機会にご参加ください！

## ベビーサイン

日時：3月3日（木）10：30～

場所：ひよこる～む

内容：ベビーサインを体験しよう！

対象：0～2才児までと保護者

※要申込 2月17日（木）～

定員 10組

実際に  
ベビーサインを使って  
育児されたママが  
先生となり教えて下さいます♪



### ベビーサインって？

まだうまく言葉を話せない赤ちゃんとも簡単な手話やジェスチャーを使って、コミュニケーションをとる育児法です。

生後から言葉が上手く話せるようになるまでの間、普段の会話にベビーサインを添えて話すことでコミュニケーションをとります。



## 休館中のひよこる～むの

### 活動について

#### ○イベント

コロナウイルスの感染状況により、休館中はすべてのイベントをZOOMで行います。（イベントの日程は裏面の予定表をご覧ください。）

ZOOMイベントの参加をご希望される場合は、お電話で申込み頂き、その際に、パスワード等をお知らせします。

（☎06-6904-8601）

#### ○子育てに関する相談

電話相談→随時（10時～17時半）

来館相談→\*要予約

お電話でお問い合わせ下さい。

（☎06-6904-8602）

一緒に悩んで  
一緒に子育て！



子育てに関する  
相談や情報は  
ひよこテラスに  
お任せください！



門真市  
保健福祉センター内  
ひよこテラス



### 3月の予定表

げつ	か	すい	もく	きん	ど	にち
	<b>1</b>   赤ちゃんの 眠り基礎講座  ※申込 (2/15~)	<b>2</b> 2才のつどい  ※申込 (2/16~)	<b>3</b> ベビーサイン ※申込 (2/17~)  えほんの広場 13:00 14:30	<b>4</b>   あかちゃんの つどい (のびのび)  ※申込 (2/17~)	<b>5</b>   <b>お</b>	<b>6</b>   <b>お</b>
<b>7</b>   あかちゃんの つどい (すくすく)  ※申込 (2/22~)	<b>8</b>	<b>9</b> 1才のつどい  ※申込 (2/22~)	<b>10</b> つくって あそぼう! 13:00~14:00  ※申込 (2/25~)	<b>11</b>	<b>12</b>   <b>や</b>	<b>13</b>   <b>や</b>
<b>14</b> わくわくる〜む 10:00 13:00 14:30	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>   あかちゃんの つどい (ぐんぐん)  ※申込 (3/3)	<b>19</b>   <b>す</b>	<b>20</b>   <b>す</b>
<b>21</b> <b>春分の日</b>	<b>22</b>	<b>23</b>   誕生日会 10:30~  ※申込 (3/8~)	<b>24</b> 1才以上の つどい  ※申込 (3/10~)	<b>25</b>	<b>26</b>   <b>み</b>	<b>27</b>   <b>み</b>
<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b> かみしばいの 10:00 広場 13:00 14:30	<b>31</b>			

- わくわくる〜む 自由に遊んでいただける運動遊具を設置します
- えほんの広場 絵本の読み聞かせ
- かみしばいの広場 紙芝居の読み聞かせ
- つくってあそぼう! 手作りおもちゃを作ります
- お誕生日会 みんなでお誕生日をお祝いしよう!
- あかちゃんのつどい のびのび 0~5ヶ月  
すくすく 6~8ヶ月  
ぐんぐん 9~11ヶ月
- 1才のつどい 満1才のおともだち
- 2才のつどい 満2才のおともだち
- 1才以上のつどい 満1才から就学前のおともだち



#### 1才・2才からのつどい

3月のうた: ♪チューリップ♪

♪おはなしゆびさん♪

3月のあそび: 新聞紙で遊ぼう!

コロナウイルスの影響により臨時休館やイベント日程の変更、参加人数等の変更が急に生じる場合があります。ご了承ください。最新の情報は、ホームページ、もしくは、電話でご確認くださいませようお願いします。

※ご予約、詳細は、お電話にてお問い合わせください。





# 4月の予定表

げつ	か	すい	もく	きん	と	にち
				1	2 <b>お</b>	3 <b>お</b>
4 1才のつどい  ※申込 (3/22~)	5 えほんの広場 10:00 13:00 14:30	6	7 つくって あそぼう! 13:00~14:00 ※申込 (3/25~)	8 あかちゃんの つどい (すくすく) ※申込 (3/25~)	9 <b>や</b>	10 <b>や</b>
11 2才のつどい  ※申込 (3/28~)	12	13 1才以上の つどい ※申込 (3/29~)	14 あかちゃんの つどい (のびのび) ※申込 (3/31~)	15 あかちゃんの つどい (ぐんぐん) ※申込 (4/1~)	16 <b>す</b>	17 <b>す</b>
18 わくわくる~む 10:00 13:00 14:30	19	20	21	22	23 <b>み</b>	24 <b>み</b>
25 誕生日会 10:30~ ※申込 (4/12~)	26	27	28 かみしばいの 10:00 広場 13:00 14:30	29 <b>昭和の日</b>	30	

## お知らせ

天候などによりイベントの日程が変更・中止となる場合もあります。  
 イベントに参加、遊び場を利用希望の方は来館される前にホームページ  
 (すくすくひよこナビ、ひよこる~む) にてご確認くださいか、お電話にてお問い合わせください。



- ひよこる~む TEL 06-6904-8601 (お問い合わせ時間 午前9時~午後4時)

※館内でのご飲食はご遠慮いただいております。

ひよこテラスでは、電話・来所・メール・ZOOMにて相談を受け付けております。

- ひよこテラス TEL 06-6904-8602 (お問い合わせ時間 午前9時~午後5時半)

mail [hiyokoterace@icloud.com](mailto:hiyokoterace@icloud.com)

ひよこる~む Twitter してます!

門真市子育て応援隊@ひよこる~む Twitter