

すくすくひろば ひらま

2026年 **11月号**

TEL：080-7605-7295（開所時間中）
E-mail：kosodate.hirama@gmail.com
https://note.com/midorinakurashi

住所：川崎市中原区上平間1323
平間子ども文化センター内
委託運営団体：NPO法人みどりなくらし

すくすくひろばは、0歳から就学前のお子さんと保護者がいつでも
立ち寄って遊んだり、おしゃべりしたり、のんびり過ごせる場所です。
出入り自由です。プレママ・プレパパもどうぞ♪



☆開所日：火・木・金（祝日も開所しています）時間：9時半～12時半（時間内は出入り自由）

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 文化の日 （祝日も開所 していま	4	5 わくわく工作	6	7
8	9	10 いしちゃんと あそぼう♪	11	12 骨盤体操	13 発育ダンス （要予約）	14
15	16	17 わくわく工作	18	19	20	21
22	23 勤労感謝の日	24 お誕生日会 （要予約） 身体測定～ 27日	25	26	27 離乳食相談 (要予約)	28
29	30		2			5

☆わくわく工作・・・・・11月5日、17日　キットパスで手形足形でトトロをつくりましょう♪

☆いしちゃんとあそぼう 11月10日　子育てあるあるサミット、パネルシアターもあります

☆骨盤体操・・・・・・11月12日　10時30分~12時　予約不要　※詳細は裏面をご覧ください。

☆発育ダンス・・・・・・11月13日 予約制： ねんねとあんよ時間別　※詳細は裏面をご覧ください。

☆お誕生日会・・・・・・予約制：ご希望の方は、5日前までにご予約をお願いします。
11月24日 10時30分 おたんじょうびカードと王冠をお渡しします
11月生まれ＆2026年5月生まれのハーフバースデー

☆身体測定・・・・・・・11月24日～27日　身長と体重が測れます。お気軽にお声かけてください☆
※身体測定の日時が合わない時は別の開所日にも出来ます。スタッフまでお声かけください。

☆離乳食相談・・・・・・11月27日 予約制：先着10組（1組10分）　※詳細は裏面をご覧ください。

※事前予約の場合、11月3日より受付開始（開所時間内：来所・電話）

【お知らせ】クリスマス会　12月17日　予約制：11月26・27日9時30分～来所予約受付開始
12月1日～　9時30分～電話予約受付開始

○●○みなさまへ○●○

来所の際には、手洗い・アルコール消毒・おもちゃ使用後の除菌のご協力をお願いいたします。
（発熱・咳等の症状のあるお子さんや保護者はご遠慮願います。）
混雑時の滞在時間は1時間ほどとなります。ご不明な点は、スタッフにお気軽にご相談ください。

子育て等の相談は、お電話でもできます。☎ 080-7605-7295

♡ 離乳食でHappy Smile ♡
離乳食インストラクター コラム

【幼児食って、どんな食事？】

離乳食が終わる1歳半頃から、幼児食と呼ばれます。最初の奥歯が生え、ある程度食事を自分で食べられるようになる時期ですが、「大人と同じメニューじゃだめ？」と思うママもいるかもしれませんね。

大人と全く同じというわけにはいきませんが、少し柔らかく、薄味にしたり、途中で取り分けて食べやすくしたりする工夫をすると、一緒のメニューが楽しめます。奥歯が生えても噛む力はまだ弱く、肉や魚、生野菜などは調理の工夫が必要です。

この時期は、自分で食べる喜びや、家族と食卓を囲む楽しさを通して「食べたい！」という気持ちが育ちます。

無理に食べさせず、「自分でやりたい！」を見守りながら、必要なところを少しだけサポート。食べ物をベーッと出してもいいよと伝えてあげると、安心して挑戦できますよ。

噛む力も成長のペースも一人ひとり違います。家族でおいしく楽しく食べることを大切にしたいですね♡

ちいさな離乳食教室HappySmile
たいなかゆきこ

●○● 骨盤体操とセルフケア ●○●

11月12日(木)　10時30分～12時00分
場所: 2 階幼児ルーム　予約不要
産後ママたちがお家で簡単にできるストレッチや骨盤体操などを教えてもらいましょう♪
※個人施術5～10分は、はじめての方を優先させていただきます。動きやすい服装でお願いします。
講師：リンパ・骨盤ケアセラピスト　ハルさん

○●○発育ダンス○●○

子どもの発育脳育にアプローチするダンスレッスン
11月13日(金) ☆事前予約制：各回10組
あんよ　10時00分～10時40分
ねんね(首すわり後) 11時00分～11時40分
※スカートは避け動きやすい服装でご参加ください。
持ち物：バスタオル・水分補給できるもの
講師：Nazuki塾発育ダンス認定講師Sayuminさん

○●○離乳食・幼児食相談○●○

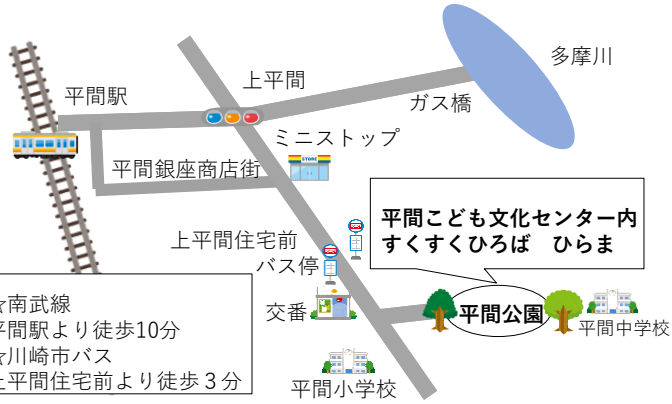
11月27日(金)　9時40分～12時05分
☆事前予約制：先着10組（1組10分）
お困りなことを動画や写真に撮れる内容の際は撮ってきていただけると分かりやすいです。
離乳食インストラクター：たいなかゆきこさん

☆お知らせ☆

12月17日(木) クリスマス会　開催します
まめっこサロンさんのオカリナ演奏もあります。お楽しみに

お友達登録・追加してね♪

LINE



NPO法人
みどりなくらし

E-mail　midorinakurashi@gmail.com
ＨＰ　https://midorina.org