親も育つ子育てセミナー講演会「お父さん、お母さんの魔法の言葉～プラスの言葉　大切です～」

時11月23日(祝)午前10時～11時45分　場さいわいプラザ　講グローカルマーケティング㈱代表取締役・今井進太郎さん　定50人先着　保育＝25人先着（１歳以上。要予約）　申11月19日(月)までに青少年育成課さい☎39・2393へ

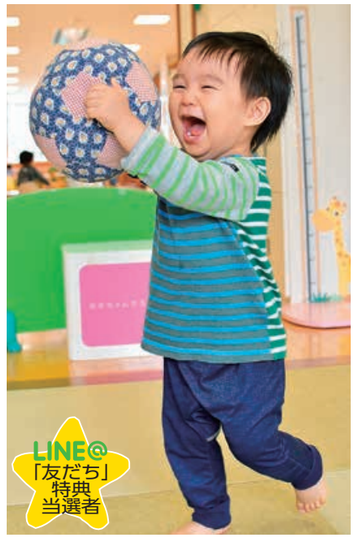
◆時や場などの略字の見方は12ページ
◆対どなたでも、定特になし、¥無料、申不要（直接会場へ）の場合は、記載なし
◆申に電話、ファクス、Eメール、HP（市ホームページ）の記載がある場合は、その方法で申し込み可
アオ＝アオーレ長岡　市セ＝市民センター
大手＝大手通庁舎　さい＝さいわいプラザ

孫とお出かけ♪「子育ての駅」

対象の記載のない催しは、全て乳幼児と保護者が対象です。

各子育ての駅では随時、保育園入園や子育ての相談を受け付けています。開館時間＝▼ちびっこ広場・てくてく・ぐんぐん…午前9時～午後6時▼のびのび・もりもり・やまっこ・たんぽぽ・すくすく・にじの子広場…午前9時30分～午後3時30分▼わくわく・にこにこ…午前9時～午後3時▼なかのんひろば…午前10時～午後4時▼すこやか…午前8時30分～午後5時（土曜日は午後2時30分まで）

ちびっこモデル★#74　子育ての駅でみ～つけた♪　@ぐんぐん



早川友章（ともあき）くん（１歳10カ月）
いつもニコニコ、元気いっぱい遊びまわります。歌に合わせて踊るのも大好きです。

ちびっこ広場（フェニックス大手ウエスト2・3階）☎39・2775

休館日＝なし

❶リズム遊び
時11月14日(水)午前11時～11時15分

❷赤ちゃんの発達を促す遊び術
時11月29日(木)午前11時～11時40分　講発達パーソナルトレーナー　対2カ月～歩行前の乳児と保護者、妊婦　定18組先着　申11月15日(木)から

❸マタニティママのおしゃべり会
時11月16日(金)午後2時～3時　対妊婦

❹積木で遊ぼう
時11月17日(土)午前11時～正午

❺絵本のとびら
「はらぺこあおむし」のお話の世界で遊びます。
時12月4日(火)午前11時～11時30分

❻おばあちゃんと遊ぼう
時12月5日(水)午前11時～11時30分

てくてく（千秋1）☎21・3860

休館日＝毎週水曜日

❶講座「デコパージュ石鹸（せっけん）とオリジナルハンカチを作ろう」
時11月20日(火)午前10時30分～11時30分　対どなたでも　定12組先着　申11月15日(木)から

❷講座＆相談「おいしく食べてね離乳食」
時11月15日(木)午前10時30分～11時30分　講管理栄養士　対どなたでも

❸にちようおもちゃばこ
時11月18日(日)午前10時45分～11時45分　内読み聞かせ、おもちゃ作り　対どなたでも

❹キッズランドで遊ぼう
時11月27日(火)午前10時30分～11時30分　対1歳以上児と保護者

❺講座＆相談「どうする？トイレトレーニング」
時12月4日(火)午前10時30分～11時30分　講保健師

ぐんぐん（千歳1）☎30・1025

休館日＝毎週火曜日

❶おもちゃ広場
時11月14日(水)午前10時～正午

❷ぐんぐんミニ図書館
時11月14日(水)午前10時45分～11時45分

❸おやここんにゃくつくり
時11月23日(祝)午後1時30分～2時30分　講山古志ごっつぉ多菜田代表・五十嵐なつ子さん　定12組先着　¥200円　申11月11日(日)～19日(月)

❹知って安心！子育て防災知恵袋
やけどの対応を学びます。
時11月16日(金)午前10時45分～11時15分　講中越市民防災安全士会女性部

❺子育てサロン「集まれ～！アラフォーアラフィママ」
時11月21日(水)午前11時～正午　対未就園児の40～50歳前後の母親　定15人先着※子どもの見守りあり

❻講座「赤ちゃんとふれあいリトミック」
時11月22日(木)午前11時～11時45分　講音楽療法士　対首据わり～つかまり立ち期の乳児と保護者　定30組先着　申11月12日(月)～19日(月)

❼パパママサロン「子どもの自己肯定感がぐんぐん育つ、夫婦でつくる言葉マジック」
時11月25日(日)午前10時30分～正午　対3歳児までの父母で初参加の人　定10組先着　¥300円　保育＝10人先着（生後6カ月～4歳未満。要予約）　申11月11日(日)～19日(月)

❽講座「赤ちゃんからのおなかの整え方」
時12月3日(月)午前11時～正午　対0歳児の保護者　講管理栄養士

❾MYほっとタイム・KEGカフェ
時12月10日(月)午前10時45分～11時45分　対どなたでも
※子どもの見守りあり

❿健康お茶会「おやこヨガ」
時11月29日(木)午後1時30分～2時30分　講ヨガインストラクター

⓫講座「子どもが育つ くう・ねる・あそぶ」
時12月6日(木)午前11時～正午　講看護師　対どなたでも

栃尾すくすく（栃尾宮沢）☎51・1022

休館日＝毎週月・木・日曜日

❶プラレールで遊ぼう
長岡大学の学生が、てまりホールいっぱいに展開します。
時11月17日(土)午前10時～午後2時

❷食育講座
時11月14日(水)午前10時30分～11時30分　講保健師、栄養士

❸ベビーマッサージ
時11月21日(水)午後1時30分～2時30分　講助産師　対1歳未満児と保護者　定10組先着　持バスタオル1枚、タオル2枚　申11月13日(火)～17日(土)

❹てまりホールで遊ぼう
時11月30日(金)午前10時30分～11時30分

❺クリスマスミニコンサート
時12月1日(土)午前11時～11時30分

❻すくすくお茶会
時11月21日(水)、12月7日(金)午前11時～11時30分　持マイカップ、おやつ

ファミリー・サポート・センター（ちびっこ広場内）☎39・2860

●クリスマスファミリー・コンサート
時12月1日(土)午前10時30分～11時30分　場さいわいプラザ出演＝フルート&ピアノデュオ・ふるぅぴい　定100人先着　申11月12日(月)から

地域版子育ての駅

休館日＝毎週日曜日・祝日（三島・山古志・和島・与板は毎週月曜日、中之島・越路は毎週水曜日、小国・寺泊は毎週木曜日も）

中之島　知って防ごう！冬の感染症
時11月12日(月)午前10時30分～11時　対どなたでも　問なかのんひろば（中野西）☎66・0366

越路　おんがくであそぼう♪
時11月20日(火)午前10時30分～11時15分　講音楽指導者・西片淑子さん　問のびのび（浦）☎92・2655

山古志　薬のお話＆相談会
時11月24日(土)午前10時～11時　講薬剤師　対どなたでも　問やまっこ（山古志竹沢）☎59・3070

小国　お店屋さんごっこを楽しもう！
時11月13日(火)午前10時30分～11時　対2歳未満児と保護者　問たんぽぽ（小国町相野原）☎95・2123

三島　もりもりピザクッキング～手作り和風ピザをもりもり食べよう！～
時①11月17日(土)②27日(火)　時間＝午前10時～午後1時30分　対どなたでも　定各15組先着　¥ピザ1枚300円　持エプロン、三角巾　申①11月15日(木)②22日(木)までにもりもり（上岩井）☎94・4347へ

和島　作って飾ろう！きらきらリース☆
時11月28日(水)～30日(金)午前10時30分～11時30分　問わくわく（小島谷）☎74・2885

寺泊　手形でアート
時11月14日(水)午前9時～11時30分　問にこにこ（寺泊敦ヶ曽根）☎0256・97・2627

与板　お医者さんのお話会
時11月29日(木)午前10時～11時30分　問にじの子広場（与板町与板）☎72・2221

川口　すこやか運動遊び
時11月27日(火)午前10時30分～11時15分　問すこやか（川口武道窪）☎89・3555

お茶を飲みながら、私たち母子保健推進員と楽しくおしゃべりしませんか。友達づくりにもなりますよ。各専門職の人にも相談できます（助産師、栄養士、歯科衛生士、保健師のうち１人）。

子育ての悩み相談や気分転換に一緒にお話ししませんか

❶ままのまカフェ
時①11月13日(火)②19日(月)③12月７日(金)　時間＝①午前10時30分～11時30分②午前11時～正午③午前10時45分～11時45分　場①てくてく②ちびっこ広場③ぐんぐん

❷子育て相談
時①11月14日(水)②20日(火)③21日(水)④12月５日(水)⑤６日(木)　時間＝午前10時30分～11時30分　場①ぐんぐん②てくてく③④すくすく⑤ちびっこ広場　講①②⑤家庭児童相談員③保健師④助産師