

1月

横手市子育て支援センター

なかよし

R6.12.20 発行



発行  
横手市子育て支援センター(Y²ぶらざ 2階)  
横手市駅前町1-21  
TEL 32-2426 FAX 32-4054  
開設時間 9:00~16:30  
(横手市児童センター  
平日9:00~18:00/日・祝9:00~17:00)

今年も残りわずか！新しい年はどんな楽しいことが起こるのかワクワクしますね！ますます寒い日が続きますが、ごはんをたくさん食べて元気に過ごしましょう♪横手市子育て支援センターでは、親子で楽しめるイベントをたくさんご用意してみなさまをお待ちしております♡来年もよろしくお祈りします。

## なかよし広場

～うさちゃんクラス～

### 「お買い物ごっこ」

お店屋さんやお客さんになって、お買い物ごっこを楽しみましょう☆

☆日時／ 令和7年1月24日(金)

午前10時15分～11時30分(受付10時00分～)

☆内容／ ジュース屋さん、ポテト屋さん、ハンバーガー屋さん、ケーキ屋さん、雑貨さん、アイス屋さん☆

☆場所／ あさくら地区交流センター

☆申込み／ 不要



～合同クラス～

### 「おんがくかい♪」

ビオラ・バイオリン・チェロなどの音色を聞いたり、リズムにのって楽しみましょう♪

☆日時／ 令和7年1月17日(金)

午前10時15分～11時30分(受付10時00分～)

☆内容／ 「アンサンブル・リベラ」さんによる楽器演奏

☆場所／ Y²ぶらざ1Fオーフンスペース

☆申込み／ 不要

※年間予定表と日にちが変更になっています。



《お問い合わせ》 横手市子育て支援センター ☎ 32-2426

横手市の子育て情報が盛りだくさん

横手市の子育て情報が満載♪

はぐはぐ



https://www.haguhagu-yokote.jp



来月のなかよし広場♪

こっこちゃん…2/19(水)

『栄養士さんによる簡単離乳食づくり』

うさちゃんクラス…2/26(水)

『親子で3B体操にチャレンジ！』

詳しくは来月のなかよし通信を見てね！

## ☆わたし力UP!講座☆

子育てから少し離れてリフレッシュしたり、子育てに役立つものを学べたりするのが「わたし力UP!講座」です。

### ヨガでリフレッシュ!

ゆっくり身体を動かしながらヨガでリラックスしましょう。  
今までやったことがない方でも大丈夫ですよ☆

☆日時／ 令和7年1月28日(火)

午前10時15分～11時30分(受付10時～)

☆場所／ Y²ぶらざ 3階 研修室3

☆内容／ ヨーガ療法士 又井 由貴子先生によるヨガ

☆対象／ 子育て中の方

☆定員／ 10名

☆参加費／ 500円

☆託児／ 無料(申し込み時にお知らせください)

☆持ち物／ ヨガマットまたは大判のバスタオル  
汗拭きタオル、飲み物

☆服装／ ストレッチ系(ジャージなど)の動きやすいもの

※当日は裸足で行います

☆申込み締め切り／ 1月21日(火)



お申込み & お問い合わせ  
横手市子育て支援センター 0182-32-2426



### みそ作り体験♡

講師の先生に教えてもらいながらみそ作り体験を一緒にしてみませんか？毎日のように使うみそ、どんな風に作るのかな♡

☆日時／ 令和7年2月4日(火)

午前10時15分～11時30分(受付10時～)

☆場所／ あさくら地区交流センター

☆内容／ 新山食品加工場の方に教えてもらいながらみそ作りをします。

☆対象／ 子育て中の方

☆定員／ 10名

☆参加費／ 500円

☆託児／ 無料(申し込み時にお知らせください)

☆持ち物／ 持ち帰り用容器(2~2.4L)、エプロン、三角巾

☆申込み締め切り／ 1月28日(火)

ママ&妊婦さん

### mamaトーク! 毎月第3火曜日

1/21(火) 午前10時45分～11時30分  
(児童センター内)

子育て中のママや妊婦さんで、おしゃべりしましょう♪

子育てについてはもちろん、おすすめのお出かけスポットや日頃のささいなことなど、テーマ以外のお話でもOK! 保健師さんも来てくれますよ♪子育て支援センタースタッフも一緒に参加しますので、お気軽にご参加くださいね! 10時30分からお子さんの身体測定も行います♪

今月のテーマは!!

「歯磨きどうしてる?」

～休館日のお知らせ～

★12月30日(月)～令和7年1月2日(木)  
Y²ぶらざ全館休館です。

★令和7年1月14日(火)児童センター休館日です。

※子育て支援センターは午前9:00～午後4:30まで相談等の受付をしています。



妊婦さん集まれ～

### プレママデー

横手市の6つの子育て支援センターでは、「妊婦さんの時期から子育て支援を!」をテーマに、すべての妊婦さんを対象とした講座を企画して毎月開催しています☆プレママデーでは、妊婦さん同士や先輩ママとお話ができたり、子育て情報なども知ることができますよ!

#### 『マタニティヨガ』

♥日時／ 令和7年1月20日(月)

10時10分～11時45分(受付9時50分～)

♥場所／ Y²ぶらざ2階 児童センター内

♥内容／ ヨガインストラクター日野さや子先生によるマタニティヨガ

♥対象／ 医師または助産師さんから運動許可のしている妊婦さん、子育て中の方

♥参加費／ 500円

♥定員／ 7名

♥託児／ 申し込み時にお知らせください(妊婦さん無料、子育て中の方500円)

♥持ち物／ ヨガマットまたは大判のバスタオル  
汗拭きタオル、飲み物

♥服装／ ストレッチ系(ジャージなど)の動きやすいもの  
※当日は裸足で行います

♥申込み締め切り／ 1月13日(月)

※定員になり次第、締め切らせていただきます

☆お申込み・お問い合わせ☆

横手市子育て支援センター ☎ 32-2426

◎プレママデーのお申込み・お問い合わせは、横手市内各子育て支援センターでも受け付けております。

