

2026年度

１１月の予定

秋は空気の乾燥が始まり、肌もカサカサしやすい季節です。
子どもの肌はバリア機能が未熟です。そのため、乾燥やアレルギーなどの外部刺激からお肌を守るために、保湿がとても重要です。
朝、入浴後、就寝前などこまめにケアを心がけていきましょう。
大人のスキンケアの基本も「保湿」です。



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 祝日 ひろばお休み	4 ひろば	5	6 ひろば 肩こり解消ストレッチ	7
8	9	10 ひろば 公園にお出かけしよう	11 ひろば 離乳食講座	12	13 ひろば カレンダー作り	14
15	16	17 ひろば 園庭遊び	18 ひろば	19	20 ひろば 工作	21
22	23	24 ひろば おうちで美容院	25 ひろば カレンダー作り	26	27 ひろば 健康相談	28
29	30					

しろくまひろばについて

開所日；火、水、金の週３日
開所時間；１０時～１５時　※最終受付；１４時３０分
食事時間；上記の時間の内１２時～１３時
※食事時間も食事スペース以外であそぶことができます。
利用対象；妊娠中の方、子育てをされている方、３歳以下のお子さんが対象です。
４歳以上のお子さんは児童館等をご利用ください。
また、日々のお悩み等ありましたらメール
またはお手紙での相談もお受けしています。
お気軽にご利用下さい。
ご予約・相談　✉　shirokumahiroba@gmail.com

子育ての悩み、成長の悩み、食事の悩み…メールでもお寄せ下さい。保育士・看護師・給食職員がお応え致します。

11月のイベント内容

１１/１７（火）
【園庭あそび】
時間：１０：３０～１１：３０
持ち物：靴、帽子、着替え、タオル、水分補給できるもの（水又はお茶）
おすすめは ひろーいお砂場です。お砂場おもちゃもたくさんありますよ。

11/6(金)
【がんばるママの肩こり解消ストレッチ】
時間：１０：３０～１１：００
毎日の抱っこや授乳で肩や首がこっていませんか？リハビリの療法士と一緒に、肩まわりをほぐすストレッチをして、育児で疲れた体をケアしましょう。



１１/１３(金)・１１/２５(水)
【カレンダーづくり】



時間：１０：００～１４：３０
持ち物：なし
季節に合わせた飾りをつけ、カレンダーづくりを楽しみましょう。今月は「あったかおふろ」のカレンダーです。

１１/２０(金)
【ゆきだるまのリース作り】
時間：１０：００～１４：３０
持ち物：なし
紙皿を使ってゆきだるまの飾りのリースを作ります。



11/10（火）
【近くの公園におでかけしよう】
みんなで近所の公園までお散歩して、遊びましょう。
時間：１０：３０～１１：１５
持ち物：靴、帽子、虫よけ、飲み物、着替え、
上着（気温に応じて）
場所：田中憩いの森（予定）
10：３０に一度ひろばに集まってから、みんなでお出かけします。（現地集合でも大丈夫です。）
※ひろばは通常通り開室しています。



１１/１１(水)
【離乳食講座】



時間：１0:３０～１1:００
持ち物：なし
対象：中期食をこれから食べ始める、または食べているお子さんの保護者
保育園の栄養士が作る離乳食を試食することができます。（試食するのは保護者の方です）
食材の大きさや硬さ、作り方など、食べながら栄養士とお話しましょう。個別に質問もできます。
※予約が必要です。参加希望の方はひろば職員に直接お声かけください。

１１/２４（火）
【おうちで美容院～カットの仕方お伝えします！】
時間：１０：１５～１０：５０
参加人数：３家庭
持ち物：着替え(カットした際に髪の毛が付く場合もあります。)
お子さんのおうちでのカットの仕方を美容師さんがアドバイスしてくれます。おうちでのカット挑戦してみませんか？※希望者が多い場合は抽選となります。参加希望の方は直接ひろばの職員にお声掛けください。
申し込み期間：11/10～11/13
13日に参加していただける方へご連絡いたします。

～しろくまひろばの約束事～

・お支度の時間を含めて閉所時間内での利用をお願いします。また、閉所に伴い１４時半以降は随時遊具などの清掃を行いますのでご了承ください。
・園内での写真撮影はできませんのでご了承ください。
・風邪症状のある方、症状を抑える薬を服用されている方は利用をご遠慮下さい。
・38.0℃以上の熱がある方は、解熱後24時間はお控えください。
・ひろばは予約なしで利用できますが、予約が必要なイベントがありますので、ご注意ください。またイベントの予約をキャンセルされる場合は電話にてご一報下さい。
・おむつ交換台のあるトイレがあります。おむつやお尻拭き等は必要に応じてご用意下さい。
※オムツは園内で捨てることが可能です。
・食事スペースとして利用される場合はお弁当、エプロン、手拭きなどをご持参ください。食後のお弁当容器の洗浄や廃棄はできません。お持ち帰りをお願いします。
・水分補給できるものをお持ちください。※お茶または水をご持参ください。
・授乳スペースもございます。ご利用ください。
・ひろば内での物品のやり取りはできません。