



令和7年10月20日発行
白根そよ風保育園併設
地域子育て支援センターふわっと
おたより掲載中【<http://yuukikai.com/>】

*

秋も深まり温かいシチューがおいしい季節になりました。朝晩の冷え込みで体調管理に気を遣う時期ですが、ぜひふわっとで体を動かしたり、情報交換をしたり、いろいろお話してみませんか？
今月も皆さまのお越しをお待ちしております。初めての方も大歓迎です！

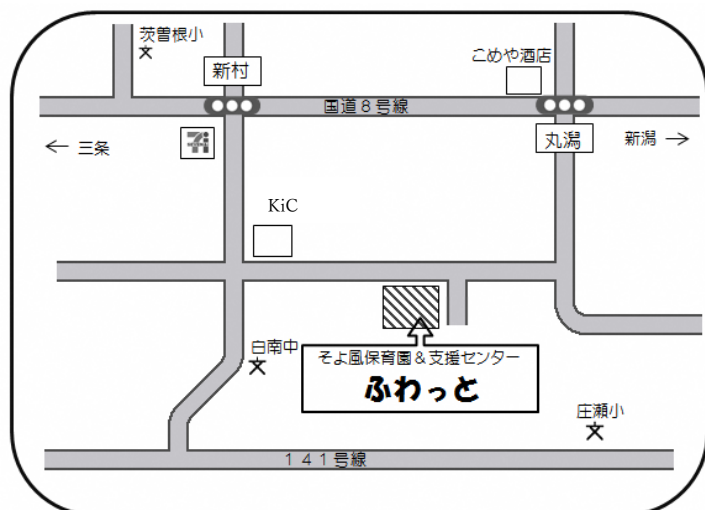
11月の予定

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3 文化の日	4 身体測定	5	6	7	8
9	10 保健師講座 カレンダー作り AM/PM	11	12 フラワーアレンジメント講座 残りわずか	13 カレンダー作り AM/PM	14	15
16	17 足型スタンプ	18	19	20	21	22 勤労感謝の日
23 30	24 振替休日	25 ポートレート講座	26	27	28 MamacareYoga & リラックスcafé 14:00~15:00	29

<利用案内> 9:30~12:00 / 13:00~15:30 (12:00~13:00 閉館)

<閉館日> 土・日・祝日・年末年始(12月29日~1月3日)

就学前のお子さまはどなたでもご利用できます。お気軽にお越しください。



【利用時のお願い】

- * 白根そよ風保育園の2階にあります。
玄関のインターホン(ふわっと用)を押してお話ください。
- * 基本的な感染対策(健康観察、手洗い、咳エチケット等)のご協力をお願いいたします。
- * 混雑時にはご利用の制限をさせて頂く場合もございますのでご了承ください。

身体測定

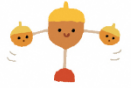
＜日 時＞ 11月4日(火)～6日(木)
10:00～/13:30～



身長・体重を測ることができます。ご都合の良い時間にお越しください。上記日程以外をご希望の方はお問い合わせください。

足型スタンプ Day!

＜日 時＞ 11月17日(月)～20日(木)
10:00～/13:30～



毎月開催しています！
お子さまの成長の記録として足型をとって記念に残してみませんか。

保健師講座

「お母さんの健康管理」

＜日 時＞ 11月10日(月) 10:30～
＜講 師＞ 小島菜緒保健師(南区健康福祉課)
＜場 所＞ ふわっとメインスペース
＜申込み＞ 必要(電話も可) 随時受付中
乳房の模型を触ったり、お母さんの身体について、いろんな話をしてみませんか？



オリジナルカレンダー作り ～2026年版～

＜日 時＞ 11月10日(月)、11日(火)、13日(木)
時間はお問い合わせください
＜参加費＞ 不要 ＜定 員＞ 20組
＜持ち物＞ お子様やご家族の写真1枚(L版)
＜申込み＞ 必要(電話でも可) 随時受付中

お子さんやご家族の写真をかわいいフレームに貼り、ラミネート加工します。来年度のオリジナルカレンダーを作りましょう♪

ポートレート講座

＜日 時＞ 11月25日(火) 10:30～
＜講 師＞ 小川彰弘先生
(読売新聞新潟読売クラブ事務局長)
＜参加費＞ 不要 ＜定 員＞ 7組
＜申込み＞ 必要(電話でも可) 随時受付中
＜持ち物＞ カメラやスマートフォンなど
＊光や構図など人物を撮影するポイントを聞きながら、お子さんのかわいらしさをより引き出す写真を撮ってみませんか？
＊お気に入りの洋服を着ての撮影也大歓迎です！



簡単に自分でできるセルフケア講座

＜日 時＞ 12月1日(月) 10:30～
＜講 師＞ 整体いっ tantoko 泉田克之先生
＜参加費＞ 不要
＜定 員＞ 5組 ＊初めの方を優先します
＜申込み＞ 必要(電話でも可)
身体の歪みを整える等のセルフケアを専門家から教えてもらいましょう！
＊10/28(火) 10:00～受付開始します。

☆Mamacare Yoga&リラックスcafé☆

＜日 時＞ 11月28日(金) 14:00～15:00
＜講 師＞ ヨガインストラクター 野澤 友梨香先生
＜申込み＞ 必要 随時受付中

毎日がんばるママさんのためのやさしいヨガです。
ぜひ、自分のために心と身体を癒す時間を使って
みませんか？Mama Yogaの後は、みなさんでお茶を
飲みながら子育てについてゆったり語りあいましょう。

当支援センターでは、来館相談、電話相談の他にもオンラインでの相談を行っていますのでお気軽にご利用ください。

詳細につきましては、支援センターまで直接ご連絡ください。

☎025-375-8501

✉fuwatto@yuukikai.com

守秘義務により、プライバシーを守りますので安心してご利用ください。



ふわっと相談用
QRコード