



～あおしま子育て交流ひろば～ ベジフルあおしま通信 No 5



あっという間に、今年もあとわずか。
風邪やインフルエンザが流行る時期にもなってきました。
“手洗い”や“うがい”をしっかりと、栄養バランスのよい食
事や十分な睡眠を心掛けて、クリスマスにお正月と、年末
年始を元気に過ごしてくださいね！

～ ひろばご利用時のお願い ～

- ※ お子さまが安全に遊べますように、
保護者の方は目を離さないでください。
- ※ 水分補給・授乳はOKです(^_^)(食べ物はご遠慮ください)
- ※ 貴重品の管理は各自でお願い致します。
- ※ 携帯電話等での撮影は、周りに配慮して行ってください。
- ※ 体調の悪い方はご遠慮ください。
- ※ イベントの様子(写真)などを、ホームページ・通信等で
紹介させて頂く場合がございますので予めご了承ください。
- ※ みなさんが、お互いに気持ちよく楽しく過ごせますように
ご協力お願い致します(^^)

あおしま子育て交流ひろばの

✨ ホームページが
できました♪

<https://vegefrubasket.com/>



今後は、こちらのホームページにて、お知らせや講座等につ
いてお伝えして参ります。どうぞ、よろしくお願いします♪

宮崎市青島西2丁目1番地 青島地域総合センター2F

青島地区交流センター内遊戯室

開設日：火・水・金曜日

開設時間：9:00～12:00
13:00～15:00

お休み：祝日・年末年始(12/29～1/3)

連絡先：090-4771-7811

詳細案内：HP あおしま子育て交流ひろば で検索♪

運営：NPO法人 食生活応援団ベジフルバスケット

*「あおしま子育て交流ひろば」は、宮崎市の委託事業です。



～ 親子講座・イベントのお知らせ ～



月	月（かのう）	火（あおしま）	水（あおしま）	木（かのう）	金（あおしま）
 12月 ※ 27日は和室での開催になります。	2日 ベジフル栄養相談日	3日 自由あそびの日	4日 自由あそびの日	5日 お話し広場 (11:00～11:30)	6日 0歳から楽しむ絵本講座 ～ほっかほか、あったかいね！～ (11:00～11:30) 学校図書館司書教諭 中竹絵美
	9日 0歳から楽しむ絵本講座 (11:00～11:30)	10日 モクモクひろば ～木のおもちゃで遊ぼう！～ (9:30～11:30) 木育サポーター 堤良子先生	11日 「ハンドエステ無料体験」 (10:00～11:30) 1人 10分 協力 ポーラザビューティー霧島店	12日 モクモクひろば (9:30～11:30)	13日 ベジフル子育て相談日 (9:00～12:00) 助産師 戸高由美子
	16日 ベジフル子育て相談日 (10:30～11:30)	17日 自由あそびの日	18日 ベジフル栄養相談日 (9:00～12:00) 管理栄養士 木本江美	19日 食育講座＆試食会 (10:30～11:30)	20日 製作あそび ～ふりふりサンタさん～ (11:00～11:30) 保育士 木下奈穂美
	23日 ベジフル栄養相談日	24日 親子でイングリッシュ (11:00～11:30) 講師 ケニヨン・ジュディ先生	25日 自由あそびの日	26日 ベジフル栄養相談日	27日 ベジフル子育て相談日 (9:00～12:00) 助産師 戸高由美子
	30日 お休みです	31日 お休みです			
 1月 ※新年は、 “かのう”は6日、 “あおしま”は7日 より開催します。			1日（元日） お休みです	2日 お休みです	3日 お休みです
	6日 ベジフル栄養相談日	7日 自由あそびの日	8日 自由あそびの日	9日 ベジフル栄養相談日	10日 ベジフル子育て相談日 (9:00～12:00) 助産師 戸高由美子
	13日（成人の日） お休みです	14日 自由あそびの日	15日 ベジフル栄養相談日 (9:00～12:00) 管理栄養士 木本江美	16日 食育講座＆試食会 (10:30～11:30)	17日 親子で楽しむリンパケア講座 (11:00～11:45) セルフケアマスター 濱谷総枝先生
	20日 0歳から楽しむ絵本講座 (11:00～11:30)	21日 モクモクひろば ～木のおもちゃで遊ぼう！～ (9:30～11:30) 木育サポーター 堤良子先生	22日 0歳から楽しむ絵本講座 ～まんまる、なぁに～ (11:00～11:30) 学校図書館司書教諭 中竹絵美	23日 モクモクひろば (9:30～11:30)	24日 ベジフル子育て相談日 (9:00～12:00) 助産師 戸高由美子
	27日 ベジフル子育て相談日 (9:30～12:00)	28日 音楽あそび (11:00～11:30) 保育士 渡辺由紀子	29日 自由あそびの日	30日 ハンドエステ無料体験 (10:00～11:30)	31日 自由あそびの日