

香南市総合子育て支援センター 「にこなん」だより 1月号

令和7年1月発行

新年、あけましておめでとうございます。

香南市総合子育て支援センター「にこなん」は、今年も子育てをしているご家族の方や妊娠中の方など、子どもを取り巻く多くの人が自由に集い、気軽に利用できる場にしていきたいと思います。たくさんの方が来てくださることを、職員一同、心よりお待ちしております。

2025年も皆様にとって幸多き年となりますように。今年もよろしくお願ひいたします。

～1月の予定表～ “親子の交流ひろば”

利用日時 … 月曜日～金曜日 9:00～16:00 (時間内で自由に利用できます)
妊娠の方もお気軽にいつでもご利用いただけます。



月	火	水	木	金	土
		1 元旦 	2	3	4
		「にこなん」・「出張ひろば」は、 年始(1月5日まで)休館です。			
6	7 ✿ぽかぽかたいむ 10:30	8 絵本のひろば 10:30	9 ⑨にこにこたいむ 10:30	10 栄養相談 11:00～12:00 離乳食講習会 ランチルームお休み	11 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
13 成人の日	14 ✿ぽかぽかたいむ 10:30	15	16 ★育児学級 骨盤ケア教室 10:00～11:00	17 授乳相談栄養相談 9:30～10:30 「にこなん」で遊ぼう! 13:00～16:00	18 ★パパの育児学級 『パパの体あそび ワークショップ』 事前予約の方のみ
20	21 ✿ぽかぽかたいむ 10:30	22 絵本のひろば 10:30	23 ⑨にこにこたいむ 10:30	24	25 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
27	28 ★育児学級 絵本の読み聞かせ 10:00～11:00	29	30 ⑨にこにこたいむ 10:30	31	

にこ eco のお知らせ

2月18日(火)～2月28日(金)9:00～16:00の期間に、ご希望の方にオムツや衣服などをお渡しします。

・引き続き物品の提供は、2月10日(月)まで受付しています。



12/17(火)ウインターコンサートの様子

★育児学級『骨盤ケア教室』

日 時…16日(木) 10:00～11:00

講 師…理学療法士 國常 文佳

定員数…10組 事前予約で定員に達し次第終了となります。

産後は骨盤が歪んでいることがあります。バランスボールを使って楽しみながら産後の骨盤ケアをしませんか。赤ちゃんも一緒に参加できます。※水分補給をするための飲み物やタオルを持参のうえ、動きやすい服装でお越しください。



★パパの育児学級『パパの体あそびワークショップ』

日 時…18日(土) 10:00～11:00

講 師…Pese Sports 代表 笹岡 真

対 象…歩行が安定している子ども(1歳6ヶ月～)とパパ

定員数…10組 事前予約で定員に達し次第終了となります。

(香南市在住の方のみ)

身体も心もリフレッシュしながら、親子で体を動かして楽しめませんか。パパ同士の交流も楽しみましょう♪

※水分補給をするための飲み物やタオルを持参のうえ、動きやすい服装でお越しください。



★育児学級『絵本の読み聞かせ』

日 時…28日(火) 10:00～11:00

講 師…認定NPO法人 高知こどもの図書館 岡本 富美

定員数…15組 事前予約で定員に達し次第終了となります。

絵本の読み聞かせ親子で楽しみ、絵本のある子育てをしませんか。年齢に合った絵本の紹介もあります。



令和6年度 出張ひろば予定表

曜日 9:00～12:00

月	吉川みどり保育所 「あったかひろば」
火	香我美おれんじ保育所 「あのねひろば」
水	赤岡保育所 「つながれひろば」
木	夜須こども園 「すくすくひろば」



登録はこちらから♪
メルマガ



香南市総合子育て支援センター「にこなん」
〒781-5232 高知県香南市野市町西野 2072-4
TEL 0887-50-5257
FAX 0887-50-5258





香南市総合子育て支援センター 「にこなん」だより2月号



令和7年2月発行

一年で最も寒い日が続くといわれる2月。寒い日のメニューには汁物が大活躍。野菜は煮込むと舌ざわりが柔らかくなり、良質なタンパク質を含む卵・魚・肉・大豆製品を組み合わせて体力をつけたいですね。よく食べて、寝て、遊んで、笑う。そのような毎日が自然と免疫力を高めていくことにつながります。風邪に負けない体作りを意識した食事をとれるといいですね。



~2月の予定表~ “親子の交流ひろば”

利用日時 … 月曜日～金曜日 9:00～16:00 (時間内で自由に利用できます)
妊婦の方もお気軽にいつでもご利用いただけます。

月	火	水	木	金	土
					1
3	4 ✿ぽかぽかたいむ 10:30	5	6 ✿にこにこたいむ 10:30 にこにこ★子育て講座 ランチルームはお休み	7 栄養相談 11:00～12:00 離乳食講習会 13:30～ ランチルームはお休み	8 ★『パパの会』 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
10	11 建国記念の日	12 絵本のひろば 10:30	13 ✿にこにこたいむ 10:30	14	15
17	18 ✿ぽかぽかたいむ 10:30 ランチルームはお休み	19 ★育児学級 食育のおはなし ～就園に向けて～ 10:00～11:00 ランチルームはお休み	20 ★育児学級 『骨盤ケア教室』 10:00～11:00	21 授乳・栄養相談 9:30～10:30 「にこなん」で遊ぼう！ 13:00～	22 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
24 振替休日	25 ✿ぽかぽかたいむ 10:30	26 絵本のひろば 10:30	27 ✿にこにこたいむ 10:30	28	



1月のある寒波の朝、前日に水を張っておいた容器に氷ができていました。氷を見た子ども達は、最初は何かわからずキヨトンとしていましたが、「氷だよ。さわってみる？」と声をかけると、人差し指でツンツン。次に大きな塊を両手で持って冷たさを感じたり、容器によってできた形や大きさに気づいたりと、冬の自然を体験することができました。

冬は室内で過ごすことが多くなりますが、風のない穏やかな日は、外気浴にぴったり。ツンとくる空気の冷たさや、体を動かしているとボカボカと温かくなることや、木の枝先に小さな新芽がふくらんでいることなど、いろいろなことに気づくことができそうです。でも、気温が高くても風が強ければ寒く感じます。無理のないように外遊びを取り入れてみてはいかがでしょうか。



令和7年2月発行

★育児学級『パパの会』

日 時…8日 (土) 9:30～11:00

今年度2回目の「パパの会」。日頃の子育てのことなど、パパならではの視点で共感できることがあるのではないでしょうか。保育士・パパも参加しますので、日頃の悩みや疑問などを一緒に語り合いましょう。



土曜開館は通常通りあります。

★育児学級『食育のおはなし～就園に向けて～』

日 時…19日 (水) 10:00～11:00 受付 9:30～

講 師…竹村 桂子 栄養士

定員数…12家庭 事前予約で定員に達し次第終了となります。

4月から就園が決まったご家庭では、保育所や幼稚園などで「給食を食べられるかな…」「どんな献立なのだろう…」と食事への関心が高まっているのではないかでしょうか。栄養士による講話を聞き、食事に関する知識を増やしたり、疑問や不安なことを聞いてみたりしませんか。ぜひ、ご参加ください。



★育児学級『骨盤ケア教室』

日 時…20日 (木) 10:00～11:00 受付 9:30～

講 師…國常 文佳 理学療法士

定員数…10組 事前予約で定員に達し次第終了となります。

産後は骨盤が歪んでいることがあります。バランスボールを使って楽しみながら産後の骨盤ケアをしませんか。赤ちゃんも一緒に参加できます。※水分補給をするための飲み物やタオルを持参のうえ、動きやすい服装で、お越しください。



〈出張ひろば休み〉
今月、出張ひろばのお休みはありません。



令和6年度 出張ひろば予定表

曜日	9:00～12:00
月	吉川みどり保育所 「あったかひろば」
火	香我美おれんじ保育所 「あのねひろば」
水	赤岡保育所 「つながれひろば」
木	夜須こども園 「すくすくひろば」

登録はから
メールマガジン



香南市総合子育て支援センター「にこなん」
〒781-5232 高知県香南市野市町西野
2072-4
TEL 0887-50-5257
FAX 0887-50-5258



香南市総合子育て支援センター 「にこなん」だより3月号



令和7年3月発行

春光うららかな季節となり、陽ざしの温もりを感じられる日が増えてきました。今年度もたくさんの方に「にこなん」を利用していただきありがとうございました。

この1年、保護者の方と一緒にお子さんの成長を感じながら楽しく過ごせたことをうれしく思っています。そして、たくさんの保護者の方やお子さんとつながりあえたことに感謝の気持ちでいっぱいです。これからもずっと、子育てを応援しています。

4月からの新年度も職員一同、皆様の来所をお待ちしています。

～3月の予定表～ “親子の交流ひろば”

利用日時 … 月曜日～金曜日 9:00～16:00 (時間内で自由に利用できます)
妊婦の方もお気軽にいつでもご利用いただけます。



月	火	水	木	金	土
					1
3 製作 「手形アートを作ろう」	4 ✿ぱかぱかたいむ 10:30	5 絵本のひろば 10:30	6 ◎にこにこたいむ 10:30	7 栄養相談 11:00～12:00 離乳食講習会 13:30～ ランチルーム休み	8 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方に限ります
10	11 ✿ぱかぱかたいむ 10:30	12	13 ◎にこにこたいむ 10:30	14	15
17	18 ★育児学級 お楽しみ会 10:00～	19 絵本のひろば 10:30	20 春分の日	21 授乳相談・栄養相談 9:30～10:30 「にこなん」で遊ぼう！ 13:00～	22 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方に限ります
24	25 ✿ぱかぱかたいむ 10:30	26	27 ◎にこにこたいむ 10:30	28	29
31					



香南市総合子育て支援センター「にこなん」
〒781-5232 高知県香南市野市町西野2072-4
TEL 0887-50-5257
FAX 0887-50-5258



製作『手形アートを作ろう』

3日(月)～7日(金)の期間中、手形をとってゾウに変身♪
親子の今を記念に残しませんか？



★育児学級「お楽しみ会」

日 時…18日(火) 10:00～

※事前予約はいりません。

「にこなん」スタッフやみんなと一緒に歌や手遊びを楽しみましょう。



2月の「にこなん」育児学級の様子



「パパ会」

「食育のおはなし」

「骨盤ケア」

「にこ eco」

紙パンツ、紙おむつ、衣類などのご寄付ありがとうございました。



〈出張ひろば休み〉

吉川みどり保育所…3日、31日
おれんじ保育所…25日
赤岡保育所…26日
夜須こども園…13日、27日

令和6年度 出張ひろば予定表

曜日	9:00～12:00
月	吉川みどり保育所 「あつたかひろば」
火	香我美おれんじ保育所 「あのねひろば」
水	赤岡保育所 「つながれひろば」
木	夜須こども園 「すくすくひろば」

香南市総合子育て支援センター 「にこなん」だより4月号



令和7年4月発行

やわらかい春の日差しが心地よい季節になりました。「にこなん」は、子育て中の親子やおじいちゃんおばあちゃん、妊娠している方などが集う憩いの場です。お子さんと遊んだり、皆さんやスタッフと楽しくおしゃべりしながら、ゆったりとした時間を過ごしてみませんか。今年度もたくさんの方との出会いを楽しみにしています。

～4月の予定表～ “親子の交流ひろば”
利用日時 … 月曜日～金曜日 9:00～16:00 (時間内で自由に利用できます)
妊婦の方もお気軽にいつでもご利用いただけます♪

月	火	水	木	金	土
	1 ⌚にこにこたいむ 10:30	2 絵本のひろば 10:30	3 ⌚にこにこたいむ 10:30	4 こそだてひろば 9:30～11:30 香南市内在住の方 のみとなります。	5 土曜開館 9:00～11:30 香南市内在住の方 のみとなります。
7	8 ⌚にこにこたいむ 10:30	9	10 ⌚にこにこたいむ 10:30	11 こそだてひろば 9:30～11:30 栄養相談 11:00～12:00 離乳食講習会 13:30～14:30 ランチルームはお休みです。	12 土曜開館 9:00～11:30 香南市内在住の方 のみとなります。
14	15 ⌚にこにこたいむ 10:30	16 絵本のひろば 10:30	17 ★育児学級 『骨盤ケア教室』 10:00～11:00	18 こそだてひろば 9:30～11:30 「にこなん」で遊ぼう！ 13:00～	19 土曜開館 9:00～11:30 香南市内在住の方 のみとなります。
21	22 ⌚にこにこたいむ 10:30	23	24 ⌚にこにこたいむ 10:30	25 こそだてひろば 9:30～11:30 栄養相談 9:30～10:30	26 土曜開館 9:00～11:30 香南市内在住の方 のみとなります。
28	29 昭和の日	30		<p>絵本のひろば のいち子ども図書館クラブ「もこもこ」の方が絵本の読み聞かせに来てくれます。親子で一緒に絵本の世界を楽しみましょう。 ⌚にこにこたいむ 季節の歌やふれあい遊びをしたり、リズム遊びや体ほぐし</p>	



ひろばには、赤ちゃんから楽しめるおもちゃ、絵本や育児書もあり親子でゆったりと遊べます。
屋外広場には、うささんの滑り台や砂場もあります。



土曜開館について

毎週 (9:00～11:30) 開館します。
(香南市内在住の未就学児童とその家族)



★育児学級『骨盤ケア教室』

日 時…17日 (木) 10:00～11:00 受付 9:30～
講 師…理学療法士 國常 文佳

定員数…10組 事前予約で定員に達し次第終了となります。

産後は骨盤が歪んでいることがあります。バランスボールを使って楽しみながら産後の骨盤ケアをしませんか。赤ちゃんも一緒に参加できます。

※水分補給の飲み物やタオルを持参のうえ動きやすい服装でお越しください。
午前中は、予約者のみの利用となります。「にこなん」は12時から利用できます。



「にこなん」で遊ぼう！

子育て支援センター「にこなん」では、就園されているお子さんとその保護者の方も、毎月第3金曜日(13:00～16:00)「にこなん」を利用していただける日を設けています。未就園児の方も通常通りご利用いただけます。
親子でふれあい、一緒に遊ぶ時間を楽しんでください。
*香南市内・市外は問いません。



こそだてひろば

出産後の乳房ケア・授乳・卒乳等の悩みを助産師や保健師に相談のできる場、育児の悩みや子育てに関する情報交換、仲間作りの場としてご利用ください。予約不要です。
相談がある方は、10:30までにお越しください。

*ひろばは、通常通りです。



出張ひろばは**今年度から**
野市東こども園「おひさまひろば」を開設します。
吉川みどり保育所「あったかひろば」と
赤岡保育所「つながれひろば」を閉じます。

4月14日(月)から始まります。



子育て情報サイト
香南キッズ

登録はこちらから
メルマガ



令和7年度 出張ひろば予定表	
曜日	9:00～12:00
月	野市東こども園 「おひさまひろば」
火	香我美おれんじ保育所 「あのねひろば」
木	夜須こども園 「すくすくひろば」

香南市総合子育て支援センター「にこなん」
〒781-5232 高知県香南市野市町西野 2072-4
TEL 0887-50-5257
FAX 0887-50-5258

香南市総合子育て支援センター 「にこなん」だより5月号



令和7年5月発行

青空が広がるさわやかな季節となりました。心地よい風が吹く中、こいのぼりが力強く泳いでいます。子どもたちの大きな夢を乗せたこいのぼりのように、一人ひとりの心と体が健やかに成長することを願っています。



～5月の予定表～ “親子の交流ひろば”

利用日時 … 月曜日～金曜日 9:00～16:00 (時間内で自由に利用できます)

妊婦の方もお気軽にいつでもご利用いただけます。

月	火	水	木	金	土
			1 ⑤にこにこたいむ 10:30	2 こそだてひろば 9:30～11:30 栄養相談 11:00～12:00 離乳食講習会 13:30～14:30 ランチルームはお休みです。	3 憲法記念日
5 こどもの日	6 振替休日	7 絵本のひろば 10:30	8 ⑤にこにこたいむ 10:30	9 こそだてひろば 9:30～11:30	10 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
12	13 ⑤にこにこたいむ 10:30	14	15 ★育児学級 『骨盤ケア』 10:00～11:00	16 こそだてひろば 9:30～11:30 栄養相談 9:30～10:30 「にこなん」で遊ぼう！ 13:00～16:00	17 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
19 ★育児学級 『かたつむりを つくろう』	20 ⑤にこにこたいむ 10:30	21 絵本のひろば 10:30	22 ⑤にこにこたいむ 10:30	23 こそだてひろば 9:30～11:30	24 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
26	27 ⑤にこにこたいむ 10:30	28 ★育児学級 『親子で体を動 かして遊ぼう』 10:00～11:00	29 ⑤にこにこたいむ 10:30	30	31 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ



4月の骨盤ケア教室では、ストレッチで体をほぐし、バランスボールを使ってリズムに合わせて有酸素運動をし、リフレッシュしました。



★育児学級『骨盤ケア教室』

日 時…15日（木）10:00～11:00 受付 9:30～

講 師…理学療法士 國常 文佳

定員数…10組 事前予約で定員に達し次第終了となります。



産後は骨盤が歪んでいることがあります。バランスボールを使って楽しみながら産後の骨盤ケアをしませんか。赤ちゃんも一緒に参加できます。
※水分補給の飲み物やタオルを持参のうえ、動きやすい服装でお越しください。

★育児学級『かたつむりをつくろう』

19日（月）～23日（金）の期間中
お子さんの手形や足形をとって、かたつむりに変身♪お子さんの成長を感じる作品作りを親子で楽しみましょう！



★育児学級『親子で体を動かして遊ぼう』

日 時…28日（水）10:00～11:00

講 師…Peace Sports 代表 笹岡 真

定員数…12組 事前予約で定員に達し次第終了となります。



親子でふれあいながら一緒にできる、簡単で楽しい運動遊びです。
※水分補給の飲み物やタオルを持参のうえ、動きやすい服装でお越しください。

★6月の育児学級『親子ヨガ教室』

日 時…6月3日（火）10:00～11:00 受付 9:30～

講 師…Studio Mahalo 古味 咲姫

定員数…10組 事前予約で定員に達し次第終了となります。



親子ヨガは、親子でペアになってポーズをとる動きがあり、ほどよい負荷がかかることで運動不足やストレス解消に効果的です。

※水分補給の飲み物やタオルを持参のうえ、動きやすい服装でお越しください。



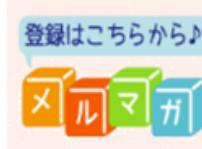
令和7年度 出張ひろば予定表	
曜日	9:00～12:00
月	野市東こども園 「おひさまひろば」
火	香我美おれんじ保育所 「あのねひろば」
木	夜須こども園 「すくすくひろば」

香南市総合子育て支援センター「にこなん」

〒781-5232 高知県香南市野市町西野 2072-4

TEL 0887-50-5257

FAX 0887-50-5258





香南市総合子育て支援センター 「にこなん」だより6月号



令和7年6月

紫陽花がきれいに色づき始める季節となりました。雨上がりには草花の中で小さなアマガエルやカタツムリが気持ち良さそうにたたずんでいる姿が見られ、この季節ならではの情景も楽しめそうです。気温や湿度の高い日は、十分な水分補給で熱中症に気を付けましょう。



~6月の予定表~ “親子の交流ひろば”

利用日時 … 月曜日～金曜日 9:00～16:00 (時間内で自由に利用できます)
妊婦の方もお気軽にいつでもご利用いただけます

月	火	水	木	金	土
2	3 ★育児学級 『親子ヨガ教室』 10:00～11:00 定員に達しました	4 絵本のひろば 10:30	5 ⑤にこにこたいむ 10:30	6 こそだてひろば 9:30～11:30 栄養相談 11:00～12:00 離乳食講習会 ランチルームはお休み	7 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
9	10 ⑤にこにこたいむ 10:30	11	12 ⑤にこにこたいむ 10:30	13 こそだてひろば 9:30～11:30	14 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
16	17 ⑤にこにこたいむ 10:30 ランチルームはお休み	18 絵本のひろば 10:30	19 ★育児学級 『骨盤ケア教室』 10:00～11:00	20 こそだてひろば 9:30～11:30 栄養相談 9:30～10:30 「にこなん」で遊ぼう！ 13:00～16:00	21 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
23	24 ★育児学級 『ベビーマッサージ』 10:00～11:00	25	26 ⑤にこにこたいむ 10:30	27 こそだてひろば 9:30～11:30	28 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
30	<p>夏野菜が大きくなっています。</p> 		<p>『かたつむりをつくろう』 製作の様子</p>     		



『かたつむりをつくろう』
製作の様子

★育児学級『骨盤ケア教室』

日 時…19日 (木) 10:00～11:00

講 師…理学療法士 國常 文佳

定員数…10組 事前予約で定員に達し次第終了となります。



産後は骨盤が歪んでいることがあります。バランスボールを使って楽しみながら産後の骨盤ケアをしませんか。赤ちゃんも一緒に参加できます。

※水分補給の飲み物やタオルを持参のうえ、動きやすい服装でお越しください。

★育児学級『ベビーマッサージ』

日 時…24日 (火) 10:00～11:00

講 師…助産師 小松 あさみ

定員数…15組 事前予約で定員に達し次第終了となります。

(お座りする6ヶ月頃までの赤ちゃん対象)



オイルマッサージを通して、肌がふれあう心地よさを感じながらベビーマッサージをしませんか。

※バスタオルをご持参ください。予防接種後、72時間はマッサージができません。
当日の予防接種は控えてください。

★育児学級『歯の健康について』

日 時…7月1日 (火) 10:00～11:00

講 師…歯科衛生士 北川 美恵

定員数…15組 事前予約で定員に達し次第終了となります。



歯科衛生士が子どもさんの口の中や歯のことについてお話をしてくれます。気軽に相談もできますので、ぜひご参加ください。

※子どもさんが使っている歯ブラシとハンドタオルを持参してください。

『水遊びについて』

7月から水遊びを始めます。持ち物など詳しい内容は、後日お知らせします。

令和7年度 出張ひろば予定表

9:00～12:00

曜日	野市東こども園 「おひさまひろば」
月	香我美おれんじ保育所 「あのねひろば」
火	夜須こども園 「すくすくひろば」

香南市総合子育て支援センター「にこなん」

〒781-5232 香南市野市町西野 2072-4

TEL 0887-50-5257

FAX 0887-50-5258



香南市総合子育て支援センター 「にこなん」だより7月号

令和7年7月発行

夏野菜がおいしい季節になってきました。「にこなん」の畑で栽培しているトマトやピーマン、ナスなどの野菜も大きく生長し、収穫の時期となりました。夏は食欲が落ちる時期ですが、夏野菜は栄養が豊富でカラフルに食卓を彩ってくれるので、食欲が増します。

~7月の予定表~ “親子の交流ひろば”

利用日時 … 月曜日～金曜日 9:00～16:00 (時間内で自由に利用できます)
妊婦の方もお気軽にいつでもご利用いただけます。

月	火	水	木	金	土
	1 ★育児学級 『歯の健康について』	2 絵本のひろば 10:30	3 ④にこにこたいむ 10:30	4 水遊び こそだてひろば 9:30～11:30 栄養相談 11:00～12:00 離乳食講習会 ランチルームはお休み	5 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
7 水遊び ★育児学級 「ペットボトルシャワーを作ろう」	8 ④にこにこたいむ 10:30	9 水遊び	10 ④にこにこたいむ 10:30	11 水遊び こそだてひろば 9:30～11:30	12 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
14 水遊び	15 ④にこにこたいむ 10:30	16 絵本のひろば 10:30	17 ★育児学級 『骨盤ケア教室』 10:00～11:00	18 水遊び こそだてひろば 9:30～11:30 栄養相談 9:30～10:30 「にこなん」で遊ぼう! 13:00～16:00	19 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
21 海の日	22 ④にこにこたいむ 10:30	23 水遊び	24 ④にこにこたいむ 10:30	25 水遊び こそだてひろば 9:30～11:30 「にこなん」で遊ぼう! 13:00～16:00	26 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
28 水遊び	29 ④にこにこたいむ 10:30	30 水遊び	31 ④にこにこたいむ 10:30		



『親子ヨガ』の様子



★育児学級『ペットボトルシャワーを作ろう』
日 時…7日(月)～11日(金) 9:00～16:00
身近な材料を使って、オリジナルのペットボトルシャワーを親子で作ってみませんか。



★育児学級『骨盤ケア教室』

日 時…17日(木) 10:00～11:00
講 師…理学療法士 國常 文佳

定員数…10組 事前予約で定員に達し次第終了となります。

産後は骨盤が歪んでいることがあります。バランスボールを使って楽しみながら産後の骨盤ケアをしませんか。赤ちゃんも一緒に参加できます。
※水分補給をするための飲み物やタオルを持参のうえ、動きやすい服装でお越しください。



「にこなん」であそぼう！

幼稚園・保育所等に就園しているお子さんとその保護者の方も毎月第3金曜日(13:00～16:00)「にこなん」を利用できます。
7月は第3金曜日 18日(金)に加えて、25日(金)(13:00～16:00)も利用できます。未就園児の方も通常通り利用できます。



水遊びがはじまるよ♪

日 時…7/4(金)～8/29(金)

毎週 月・水・金 9:30～11:00 (20分程度)

準備物…水遊び用オムツ、水着または濡れても構わない服、

フェイスタオルなど

水の感触を味わいながら、親子で水遊びを楽しみましょう。

※お座りができる子どもさんからが対象となります。

※水遊び用オムツをはいて、水着または濡れても構わない服を着ましょう。

※「絵本のひろば」育児学級の日、お盆の期間はお休みです。

※雨が降っていなくても天候や気温、注意報の発令などによりお休みをすることがあります。



＜出張ひろばのお休み＞

夜須こども園…3日(木)
野市東こども園…7日(月)



令和7年度 出張ひろば予定表	
曜日	9:00～12:00
月	野市東こども園 「おひさまひろば」
火	香我美おれんじ保育所 「あのねひろば」
木	夜須こども園 「すくすくひろば」

香南市総合子育て支援センター「にこなん」

T 781-5232 高知県香南市野市町西野 2072-4

T E L 0887-50-5257

F A X 0887-50-5258



香南市総合子育て支援センター 「にこなん」だより8月号



令和7年8月発行

日差しが厳しくなり、本格的な暑い夏がやってきました。「にこなん」の樹木にもセミが集まって大合唱をしています。体力を消耗しやすいこの時期は、こまめな水分補給と休息を心がけながら元気に過ごしていきましょう。



～8月の予定表～ “親子の交流ひろば”

利用日時 … 月曜日～金曜日 9:00～16:00 (時間内で自由に利用できます)
妊婦の方もお気軽にいつでもご利用いただけます。

月	火	水	木	金	土
4 水遊び	5 ④にこにこたいむ 10:30	6 絵本のひろば 10:30	7 ④にこにこたいむ 10:30	8 水遊び こそだてひろば 9:30～11:30 栄養相談 11:00～12:00 離乳食講習会 ランチルームお休み 「にこなん」で遊ぼう！ 13:00～16:00	2 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
11 山の日	12 ④にこにこたいむ 10:30	13 ★育児学級『お父さん、お母さんについて～ほどよい子育てについて考える～』 「にこなん」で遊ぼう！ 13:00～16:00	14 ④にこにこたいむ 10:30 「にこなん」で遊ぼう！ 13:00～16:00	15 こそだてひろば 9:30～11:30 栄養相談 9:30～10:30 「にこなん」で遊ぼう！ 13:00～16:00	16 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
18 水遊び	19 ④にこにこたいむ 10:30	20 絵本のひろば 10:30	21 ④にこにこたいむ 10:30	22 水遊び こそだてひろば 9:30～11:30 「にこなん」で遊ぼう！ 13:00～16:00	23 土曜開館 9:00～11:30 ★育児学級『パパの会』 香南市在住の方のみ
25 水遊び	26 ④にこにこたいむ 10:30 ランチルームお休み	27 水遊び	28 ④にこにこたいむ 10:30	29 水遊び 「にこなん」で遊ぼう！ 13:00～16:00	30 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ

水遊びをしているよ♪



お盆期間中(13日、15日)は
水遊びをお休みします。



★育児学級『お父さん、お母さんについて ～ほどよい子育てについて考える～』

日 時…13日(水) 10:00～11:00
講 師…公認心理士 読書アドバイザー 高塚 智行



毎日、子育てを頑張っているお父さん、お母さんに「あなたはあなたでいいのよ」と気持ちに寄り添いながら、子育てのほどよいコツについてお話をしてくれます。子どもさんを遊ばせながらお話を聞くことができますので、お気軽にご参加ください。

※事前予約はいりません。ひろばは通常通り利用できます。

★育児学級『パパの会』

日 時…23日(土) 9:30～11:00 (香南市在住の方のみ)
場 所…ランチルーム



子育て中のパパ、これから子育てをするパパで集まって話をしましょう。日頃の悩みやちょっとした疑問など、保育士パパも交えてみんなで語り合ってみませんか?日々の子育ての楽しさや大変に思うことなど共感し合い、翌日からのパワーにしましょう。土曜開館は通常通り利用できます。

「にこなん」で遊ぼう！

幼稚園・保育所等に就園しているお子さんとその保護者の方も「にこなん」を利用できます。今月は1日(金)・8日(金)・13日(水)・14日(木)・15日(金)・22日(金)・29日(金)の13:00～16:00です。未就園児の方も通常通り利用できます。

〈出張ひろば休み〉

香我美おれんじ保育所…5日
夜須こども園…14日



令和7年度 出張ひろば予定表

曜日	9:00～12:00
月	野市東こども園 「おひさまひろば」
火	香我美おれんじ保育所 「あのねひろば」
木	夜須こども園 「すくすくひろば」

香南市総合子育て支援センター「にこなん」
〒781-5232 高知県香南市野市町西野 2072-4
TEL 0887-50-5257
FAX 0887-50-5258



香南市総合子育て支援センター 「にこなん」だより9月号

令和7年9月発行

耳をすませば、秋の虫が奏でる豊かな音色が聞かれるようになりました。夏に名残惜しさを感じつつ、季節により移り変わる秋の景色が少しづつ楽しめそうです。

朝夕は涼しさを感じられるようになりましたが、残暑で汗ばむ日はしばらく続きそうです。体調に気をつけながら元気に過ごしていきましょう。

～9月の予定表～ “親子の交流ひろば”

利用日時 … 月曜日～金曜日 9:00～16:00 (時間内で自由に利用できます)
妊婦の方もお気軽にいつでもご利用いただけます。



月	火	水	木	金	土
1	2 ②にこにこたいむ 10:30	3 絵本のひろば 10:30	4 ②にこにこたいむ 10:30	5 こそだてひろば 9:30～11:30 栄養相談 11:00～12:00 離乳食講習会 ランチルームはお休み	6 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
8	★育児学級 『ゆびスタンプをたのしもう』	9 ②にこにこたいむ 10:30	10	11 ②にこにこたいむ 10:30	12 こそだてひろば 9:30～11:30 香南市在住の方のみ
15 敬老の日	16 ★育児学級 『防災教室』 10:00～11:00	17 絵本のひろば 10:30	18 ★育児学級 『骨盤ケア教室』 10:00～11:00	19 こそだてひろば 9:30～11:30 栄養相談 9:30～10:30 「にこなん」で遊ぼう！ 13:00～16:00	20 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
22	23 秋分の日	24	25 ②にこにこたいむ 10:30	26 こそだてひろば 9:30～11:30 香南市在住の方のみ	27 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
29	30 ②にこにこたいむ 10:30				



8月23日(土)「パパの会」の様子

育児の中で困っていることや他のパパに聞いてみたいことをフリートークで話しました。食事やお風呂など、話の中でエピソードを交えながら話す様子に雰囲気が和み笑顔がたくさん見られました。

今回、参加できなかった方は次回に参加してみてください。



こそだてひろばの様子

助産師、保健師、保育士と一緒におしゃべりを楽しんでいます。
「夜中の授乳は何時？」
「離乳食のメニューは？」とみんなで話をしながら情報を交換し、次のひろばでまた会えることを楽しみにして子育て仲間の輪が広がっています。
予約はいりませんので、気軽に参加してみませんか。



★育児学級『ゆびスタンプをたのしもう』

日 時…8日(月)～12日(金) 9:00～16:00
親子で一緒に指でスタンプ遊びをしてぶどうの製作をしましょう。子どもさんの成長が感じられる作品作りを楽しみましょう。



★育児学級『防災教室』

日 時…16日(火) 10:00～11:00
講 師…フタガミホームセンターズ

定員数…12組 事前予約で定員に達し次第終了となります。

地震や火災などの災害が発生した時の被害を最小限に抑えるための防災、減災のお話が聞けます。また、地震を再現した揺れや瓦礫ふみなどの体験もできます。



★育児学級『骨盤ケア教室』

日 時…18日(木) 10:00～11:00
講 師…理学療法士 國常 文佳

定員数…10組 事前予約で定員に達し次第終了となります。

産後は骨盤が歪んでいることがあります。バランスボールを使って楽しみながら産後の骨盤ケアをしませんか。赤ちゃんも一緒に参加できます。

※水分補給をするための飲み物やタオルを持参のうえ、動きやすい服装で、お越しください。



令和7年度 出張ひろば予定表

曜日	9:00～12:00
月	野市東こども園 「おひさまひろば」
火	香我美おれんじ保育所 「あのねひろば」
木	夜須こども園 「すくすくひろば」



子育て情報サイト
香南キッズ

登録はこちらから



香南市総合子育て支援センター「にこなん」
〒781-5232 高知県香南市野市町西野 2072-4
TEL 0887-50-5257
FAX 0887-50-5258



香南市総合子育て支援センター 「にこなん」だより 10月号



令和7年 10月発行

暑さもようやくひと段落し、気づけば気持ちのいい秋空が広がる季節になりました。木々の葉の色が変わり始め、秋の訪れも目に見えてわかるようになってきました。
「食欲の秋」「読書の秋」「スポーツの秋」など、たくさんの秋をご家族で楽しめそうです。

～10月の予定表～ “親子の交流ひろば”

利用日時 … 月曜日～金曜日 9:00～16:00 (時間内で自由に利用できます)
妊婦の方もお気軽にいつでもご利用いただけます。



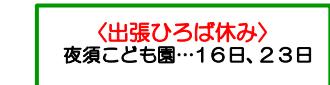
月	火	水	木	金	土
		1 絵本のひろば 10:30	2 ④にこにこたいむ 10:30	3 こそだてひろば 9:30～11:30 栄養相談 11:00～12:00 離乳食講習会 ランチルームはお休み	4 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
6 ★育児学級 製作 『紙コップで おもちゃを 作ろう』	7 ④にこにこたいむ 10:30 ランチルームお休み	8 ★育児学級 『わらべうた ベビーマッサージ』 10:00～11:00	9 ④にこにこたいむ 10:30	10 こそだてひろば 9:30～11:30	11 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
13 スポーツの日	14 ④にこにこたいむ 10:30	15 絵本のひろば 10:30	16 ★育児学級 『骨盤ケア教室』 10:00～11:00	17 こそだてひろば 9:30～11:30 栄養相談 9:30～10:30 「にこなん」で遊ぼう！ 13:00～16:00	18 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
20	21 ★育児学級 『おもちゃで遊ぼう』 10:00～11:00	22	23 ④にこにこたいむ 10:30	24 こそだてひろば 9:30～11:30	25 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
27	28 ④にこにこたいむ 10:30	29	30 ④にこにこたいむ 10:30	31	



登録はこちらから♪



令和7年度 出張ひろば予定表	
曜日	9:00～12:00
月	野市東こども園 「おひさまひろば」
火	香我美おれんじ保育所 「あのねひろば」
木	夜須こども園 「すくすくひろば」



香南市総合子育て支援センター「にこなん」
〒781-5232
高知県香南市野市町西野 2072-4
TEL 0887-50-5257
FAX 0887-50-5258

★育児学級 製作

『紙コップでおもちゃを作ろう』

日 時…6日 (月)～10日 (金) 9:00～16:00
紙コップを使って、いろいろな遊びができる人形を作ってみませんか？
キリン、シマウマ、ウサギの中からどれか一つを選べます。



★育児学級『わらべうたベビーマッサージ』

日 時…8日 (水) 10:00～11:00
講 師…子育て支援コーディネーター 畠山 あゆみ
定員数…8組 事前予約で定員に達し次第終了となります。

(生後6か月までの子ども対象)
わらべうたによる肌のふれ合いを通してのベビーマッサージです。一緒にわらべうたを口ずさみながら親子で楽しみましょう♪
※バスタオルと水分を補給する飲み物をご持参ください。



★育児学級『骨盤ケア教室』

日 時…16日 (木) 10:00～11:00
講 師…理学療法士 國常 文佳
定員数…10組 事前予約で定員に達し次第終了となります。

産後は骨盤が歪んでいることがあります。バランスボールを使って楽しみながら産後の骨盤ケアをしませんか。赤ちゃんも一緒に参加できます。
※水分補給をするための飲み物やタオルを持参のうえ、動きやすい服装で、お越しください。



★育児学級『おもちゃで遊ぼう』

日 時…21日 (火) 10:00～11:00
講 師…おもちゃコンサルタント 濱田 百合子
定員数…15組 事前予約で定員に達し次第終了となります。

子どもさんの年齢、月齢に合ったおもちゃの紹介とその遊び方を教えてくれます。
いろいろなおもちゃで親子で一緒に遊びませんか。



1月 15日 (土) 子育て講演会

『あかちゃんからの性教育ってどんなこと？』

講師 子育ちひろばめぐみ 弘田 恵子 氏

性教育は赤ちゃんの頃から、生活の中での大人の関わり方で子ども自身が自分を守れるように育っていくと言われています。日々の中で、大切にしたいことをみんなで一緒に学びませんか？

皆様お説明のうえ、お気軽にご参加ください。

※就学前の子どもさんは子育て中の方が対象です。

詳細はホームページをご覧下さい。お問い合わせは「にこなん」まで。

(申し込みの締め切りは11月5日 (水) です。託児は定員になり次第、締め切らせていただきます。)



香南市総合子育て支援センター 「にこなん」だより 11月号



令和7年11月発行

朝と戻の寒暖差が大きくなり、肌寒く感じられるようになりました。

「にこなん」では、秋晴れの空が気持ち良く、すな場やぞうのすべり台での遊びを楽しんでいます。秋は紅葉の季節、今しか楽しめない景色も楽しみましょう。

～11月の予定表～ “親子の交流ひろば”

利用日時 … 月曜日～金曜日 9:00～16:00 (時間内で自由に利用できます)
妊婦の方もお気軽にいつでもご利用いただけます。



月	火	水	木	金	土
					1 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
3 文化の日	4 ④にこにこたいむ 10:30	5 ④火災消火・避難 訓練 10:00～11:00	6 ④にこにこたいむ 10:30	7 こそだてひろば 9:30～11:30 栄養相談 11:00～12:00 離乳食講習会 ランチルームはお休み	8 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ 土曜開館は休み
10	11 ④にこにこたいむ 10:30	12 絵本のひろば 10:30	13 ★育児学級 『骨盤ケア教室』 10:00～11:00	14 こそだてひろば 9:30～11:30	15 ④子育て講演会 9:30～11:00
17	18 ④にこにこたいむ 10:30	19 絵本のひろば 10:30	20 ④にこにこたいむ 10:30	21 こそだてひろば 9:30～11:30 栄養相談 9:30～10:30 「にこなん」で遊ぼう! 13:00～16:00	22 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
24 振替休日	25 ④にこにこたいむ 10:30	26 ★育児学級 『ミュージック・ ケアを楽しもう』 10:00～11:00	27 ④にこにこたいむ 10:30	28 こそだてひろば 9:30～11:30	29 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ



香南市総合子育て支援センター「にこなん」
〒781-5232 高知県香南市野市町西野 2072-4
TEL 0887-50-5257
FAX 0887-50-5258

令和7年度 出張ひろば予定表	
曜日	9:00～12:00
月	野市東こども園 「おひさまひろば」
火	香我美おれんじ保育所 「あのねひろば」
木	夜須こども園 「すくすくひろば」



★子育て講演会 『あかちゃんからの性教育ってどんなこと?』

日 時…15日 (土) 9:00～11:00

講 師…子育ちひろっぱ “めぐみ” 弘田 恵子氏

※就学前の子どもさんを子育て中の方が対象です。

詳細はホームページをご覧下さい。お問い合わせは「にこなん」まで。
(申し込みの締め切りは11月5日 (水) です。託児は定員になり次第、締め切らせて
いただきます。)

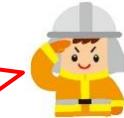


5日 (水) 10:00～11:00、火災消火・避難訓練を行います。

この機会に、安全な避難方法や消火器の使い方など

一緒に学びましょう。

香南消防署の方が来てくださいます。



★育児学級『骨盤ケア教室』

日 時…13日 (木) 10:00～11:00

講 師…理学療法士 國常 文佳

定員数…10組 事前予約で定員に達し次第終了となります。

産後は骨盤が歪んでいることがあります。バランスボールを使って楽しみながら
産後の骨盤ケアをしませんか。赤ちゃんも一緒に参加できます。

※水分補給をするための飲み物やタオルを持参のうえ、動きやすい服装で、お越し
ください。



★育児学級『ミュージック・ケアを楽しもう』

日 時…26日 (水) 10:00～11:00

講 師…NPO 法人日本ミュージック・ケア

協会認定指導者 岩城 美喜江

定員数…15組 事前予約で定員に達し次第終了となります。

(歩き始めた子どもから対象)



音楽の心地よさを感じながら、親子で体を動かしたり、楽器などに触れて音を鳴ら
したりすることを楽しみます。

★育児学級『クリスマスツリーを作ろう』

日 時…12月1日 (月)～5日 (金) 9:00～16:00

ツリー形の台紙にカラフルなシールを貼り、毛糸を巻いて作り
ます。かわいらしいクリスマスツリーを作りましょう♪



骨盤ケア教室

10月の育児学級の様子



わらべうたベビーマッサージ



おもちゃで遊ぼう



香南市総合子育て支援センター 「にこなん」だより 12月号

令和7年12月発行

寒さも少しずつ厳しくなり、冬の訪れを感じます。子どもたちそれぞれが、自分のペースで大きくたくましく成長してきた一年を振り返るこの頃です。あっという間に年内最後のひと月となりました。本年も「にこなん」をご利用いただきありがとうございました。来年もよろしくお願ひいたします。

~12月の予定表~ “親子の交流ひろば”

利用日時 … 月曜日～金曜日 9:00～16:00 (時間内で自由に利用できます)
妊婦の方もお気軽にいつでもご利用いただけます。



月	火	水	木	金	土
1 ★育児学級 『クリスマスツリーを作ろう』	2 にこにこ ★子育て講座 ②にこにこたいむ 10:30	3 絵本のひろば 10:30	4 ③にこにこたいむ 10:30	5 こそだてひろば 9:30～11:30 栄養相談 11:00～12:00 離乳食講習会 ランチルームはお休み	6 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
8	9 ④にこにこたいむ 10:30 ランチルームお休み	10 訪問イベント 『世界に1冊だけの絵本をつくろう』	11 ⑤にこにこたいむ 10:30	12 こそだてひろば 9:30～11:30	13 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
15	16 ★育児学級 にこなんファミリー コンサート 10:00～11:00	17 絵本のひろば 10:30	18 ★育児学級 骨盤ケア教室 10:00～11:00	19 こそだてひろば 9:30～11:30 栄養相談 9:30～10:30 「にこなん」で遊ぼう! 13:00～16:00	20 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
22	23 ⑥にこにこたいむ 10:30	24 クリスマスツリー	25 ⑦にこにこたいむ 10:30	26 こそだてひろば 9:30～11:30	27 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
29	30	31			

※「にこなん」「出張ひろば」は年末年始（12月28日～1月4日まで）休館です。



令和8年2月に
にこ eco を開催
します。



家庭で使わなくなった育児用品を必要な方に有効に利用してもらえるよう、
物品の提供にご協力ください。

＜未使用品＞

- ・サイズの合わなくなったオムツ、紙パンツ
- ・・スタイ
- ・ベビー帽子
- ・靴 (15cmまで)

＜目立った汚れのないもの＞

- ・ベビー服 (サイズ120まで)
- ・おもちゃ (ぬいぐるみや人形は除く)
- ・チャイルドシート
- ・ベビーチェア (ハイ、ロー)
- ・パンボ

*12/1(月)～R8.2/10(火)の間に、「にこなん」までお持ちください。
詳しくは1月のおたよりでお知らせします。

★育児学級『にこなんファミリーコンサート』

日 時…16日(火) 10:00～11:00

ピアノ 黒瀬 理奈 ソプラノ 保木 ふみ

いつもの場所で、みんなで音楽を楽しみましょう♪



★育児学級『骨盤ケア教室』

日 時…18日(木) 10:00～11:00

講 師…理学療法士 國常 文佳

定員数…10組 事前予約で定員に達し次第終了となります。



産後は骨盤が歪んでいることがあります。バランスボールを使って
楽しみながら産後の骨盤ケアをしませんか。赤ちゃんも一緒に参加できます。
※水分補給をするための飲み物やタオルを持参のうえ、動きやすい服装で、
お越しください。

訪問イベント

【世界に1冊だけの絵本をつくろう】

～たいせつな あなたへ～

日 時…12月10日(水) ① 9:30～10:00

② 10:30～11:00

③ 11:30～12:00



定員数…1回各4組(全12組) 事前予約で定員に達し次第終了となります。

主 催…児童家庭支援センター高知みその

参加料…無料

お子さんに贈る、大切な想いを込めた絵本を作りませんか？

絵本作家のなるかわしんごさんが特別に作った絵本に、お子さんのエピソードを
書きこんだり、手形・足形を押したりします。

☆初めての方を優先させていただきます。

☆スタンプを使用するため、汚れてもかまわない服装をお勧めします。

☆母子手帳を見ながらの製作をお勧めします。

☆きょうだい児の子どもさんの絵本をご希望の方もお申し込みください。

令和7年度 出張ひろば予定表

曜日	9:00～12:00
月	野市東こども園 「おひさまひろば」
火	香我美おれんじ保育所 「あのねひろば」
木	夜須こども園 「すくすくひろば」



香南市総合子育て支援センター「にこなん」

〒781-5232 高知県香南市野市町西野 2072-4

TEL 0887-50-5257

FAX 0887-50-5258

〈出張ひろば休み〉

野市東こども園…1日、1月5日

夜須こども園…4日