

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 ☺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 ☺にこにこたいむ 10:30	9 水遊び	10 ☺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 ☺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 ☺にこにこたいむ 10:30	23 水遊び	24 ☺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 ☺にこにこたいむ 10:30	30 水遊び	31 ☺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。
※雨が降っていないくても天候や気温、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」
〒781-5232 高知県香南市野市町西野 2072-4
TEL 0887-50-5257
FAX 0887-50-5258