

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8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	2 ☺にこにこたいむ 10:30	3 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	4 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
6 水遊び ★育児学級 「ペットボトル シャワーを作ろ う」	7 ☺にこにこたいむ 10:30	8 水遊び	9 ☺にこにこたいむ 10:30	10 水遊び 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 水遊び 15:00 閉館	14 ☺にこにこたいむ 10:30	15 水遊び 	16 ★育児学級 『骨盤ケア教室』 10:00～11:00	17 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	18 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
20 海の日	21 ☺にこにこたいむ 10:30	22 水遊び	23 ★育児学級 『子どもの睡眠に ついて』 10:00～11:00	24 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	25 土曜開館 9:00～11:30 香南市在住の方のみ
27 水遊び	28 ☺にこにこたいむ 10:30	29 水遊び	30 ☺にこにこたいむ 10:30	31 水遊び 「にこなん」で遊ぼう! 13:00～16:00	

時間変更のお知らせ

13日（月）は、職員研修のため閉館時間が
15:00に変更となります。
ご協力をお願いします。

「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17日（金）に加えて、24日
（金）31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。



★育児学級『ペットボトルシャワーを作ろう』

日 時…6日（月）～10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…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『子どもの睡眠について』

日 時…23日（木）10:00～11:00
講 師…IPH | 妊婦と乳幼児睡眠コンサルタント 前田 彩紀子
定員数…12組 事前予約で定員に達し次第終了となります。
（1歳6ヶ月までの子どもをもつ保護者が対象）
子どもの睡眠のしくみについての講話を聞き、睡眠習慣や睡眠環境を見直したり、
整えたりする機会にしてみませんか。



水遊びがはじまるよ♪

日 時…7/3（金）～8/28（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。
保護者の方は濡れても構わない服装をお願いします。
※お盆の期間はお休みです。
※雨が降って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…2日 23日



令和8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