

共催：御南中学校区地域支え合い活動実行委員会
協力：社会福祉法人 南野育成園



子どもの育ちを考えよう

～多様な子どもの育ちを支えるために～

昨年まで開催していた「子育て座談会」の講座名・開催曜日を変更しています。子育てのお話や情報交換をしましょう。

【日時】5月28日(木)、6月25日(木)

いずれも10:00～12:00

【対象】発達特性のあるお子さんの子育てをされている方
や関心のある方

【定員】15名 【申込】公民館窓口または電話にて受付

託児ボランティアグループ「りんごの会」親子講座 [全6回]

みんなでいっしょに楽しもう!

「りんごの会」は地域の親子を応援するグループです。季節の遊びや、折紙、工作などで一緒に遊びませんか。

- ① 6月4日(木)「レクリエーションで交流しよう」
- ② 7月2日(木)「七夕会&動くおもちゃを作ろう」
- ③ 9月3日(木)「リトミックを楽しもう」
- ④ 10月1日(木)「ミニ運動会&しゃぼん玉」
- ⑤ 12月3日(木)「クリスマス会」
- ⑥ 1月21日(木)「思い出アートを作ろう」



いずれも 10:00～11:30

【対象・定員】就園前の親子・10組
【材料代】7月、12月は材料代100円要
【申込】4月3日(金)9:30～



公民館窓口または電話にて受付

わくわく文庫

【日時】4月13日(月)、5月11日(月)

いずれも10:00～11:30

【内容】季節のわらべ歌、読み聞かせ、工作など

【年会費】子ども1人につき100円

いずれも
申込不要

みなんにし親子ひろば

【日時】4月27日(月)、5月25日(月)

いずれも10:00～11:30

【内容】親子のふれあいあそび、情報交換など

【対象】2才の誕生日を迎えるまでのお子さん
と保護者
※下に弟・妹がいる場合は、2才以上のお子さん
も参加可能です。



おとうさんの子育て応援講座 おとうさん、出番ですよ!

身体を使った遊びや絵本の読み聞かせ、遠足等、親子で楽しくふれあいませんか。[全7回]

- ① 5月10日(日)「はじめまして&外遊びをしよう」
- ② 6月14日(日)「牛乳パックカーを走らせよう」
- ③ 7月12日(日)「ダイナミックにお絵かきしよう」
- ④ 9月13日(日)「災害が起きた時、大丈夫?」
～防災士による役立つ話と工作～
- ⑤ 10月18日(日)「土手をさんぽして」
いきものを見つけよう」
- ⑥ 11月 8日(日)「ホットケーキ作りと」
クリスマス会の準備」
- ⑦ 12月13日(日)「みんなで楽しむクリスマス会☆」

いずれも 10:00～12:00

【対象】生後10ヶ月～就学前の子どもと父親

【定員】15組

【材料代】1家族500円(7回分前納)

【申込】4月4日(土)9:30～

材料代を添えて公民館窓口にて受付



親子ふれあい教室 [全8回]

音楽に合わせて歌ったり、運動したり、工作をしたり、毎回楽しい内容が盛りだくさんです。遊びを通じて親子ともにお友だちづくりをしましょう♪

【日時】5月～2月 第3金曜日

10:00～11:30

【講師】井上 麗子さん

(日本レクリエーション協会公認レクコーディネーター)

【対象】就園前の親子

【定員】先着15組

【持ち物】上履きまたは体育館シューズ(裸足でもOK)、
はさみ、のり、セロテープ、クレヨン、
敷き物、除菌シート

【受講料】無料

【申込】4月3日(金)9:30～

公民館窓口または電話にて受付



産後ケアヨガ&ふれあいタイム

子育て中のお母さん、赤ちゃんと一緒に自分をいたわりながら、リフレッシュしませんか。

【日時】5月29日(金)・6月26日(金)

いずれも13:30～15:00

※ドアオープン13:00～

【講師】生本 かずみさん(ヨガ講師)

【対象】生後3～7カ月までの赤ちゃんとお母さん

【定員】親子7組 【参加費】無料

【申込】4月27日(月)9:30～

公民館窓口または電話にて受付



赤ちゃんスマイル はじめの一步

【日時】4月18日(土) 10:00～11:30

※5月はお休みします。

【内容】子育ての情報交換、読み聞かせ、

【持ち物】飲み物、バスタオル等

【定員】5組

【参加費】無料

【申込】公民館窓口または電話にて受付

【対象】1歳の誕生日を迎えるまで

※1歳になった後も、年度内は参加可能です。

◆ボランティアスタッフ募集◆

「赤ちゃんスマイル はじめの一步」で読み聞かせやわらべ歌をしていただける方を募集しています。

子どもが好きな方や、子育てが落ち着いた方なども、大歓迎です★

お気軽に御南西公民館までご連絡ください。



じよぼら会のパソコン教室

パソコン相談室

【日時】4月 4日、11日、18日、25日

5月 9日、16日、23日、30日

いずれも土曜日13:00～14:30

【内容】パソコン、スマホの初歩

【受講料】無料

【申込】ご来館時に受付票にご記入ください。



健康みなんにし21主催

みなんにしディスコンの会

ディスコンはどなたでも気軽に楽しむことができるスポーツです。あなたも一緒に楽しみませんか!

【日時】4月27日(月)、5月25日(月)

いずれも13:00～15:00

【定員】20人

【対象】どなたでも

【持ち物】上履き、タオル、飲み物

【参加費】無料

【申込】公民館窓口または電話にて受付



健康みなんにし21主催

21元気教室

「いつまでも笑顔で!いつまでも元気で!」
OKAYAMA 市民体操や脳トレなど行います。
お気軽にご参加ください♪

【日時】4月 7日、14日、21日、

5月12日、19日

いずれも火曜日 13:00～15:00

【内容】OKAYAMA 市民体操、あつ晴れ!もも太郎体操
脳トレ 他

【対象】おおむね6.5歳以上

【持ち物】水筒

【服装】運動できる靴、動きやすい服装

【参加費】無料

【申込】公民館窓口または電話にて受付



御南西ふれあい元気教室

軽い運動や講話を医療・福祉の専門職がお伝えします。

【日程】4月28日(火)10:00～12:00

「フレイルを予防してまいりましょう!」
5月26日(火)10:00～12:00

「いきいき脳活 笑って学ぶ 脳トレ教室」

【対象】おおむね6.5歳以上の岡山市民

【準備物】運動できる服装、お茶等水分補給できるもの

【参加費】無料

【申込】不要

