



ぽっぽだより

10月号



令和4年 10月 1日

四万十市地域子育て支援センター“ぽっぽ”
四万十市右山元町1丁目 2-10
TEL 35-3748

朝夕はめっきり涼しくなり、そよ吹く風も少し秋めいてきました。外での活動もしやすくなりましたね。
今月はみんなが楽しみにしている運動会もあります。ぜひみんなで楽しみましょう♪
(今年度も、感染症拡大防止の為、保護者の参加は1家庭2名までとさせていただきます。)
また、ぽっぽさんは安並公園への遠足も計画しているので楽しみに…



《予定表》

日	月	火	水	木	金	土
9	10 スポーツの日	11	12	13 乳がんに関する講話	14	15
16 ◆妊婦教室 フリーデー (午前中)	17	18	19 みんなで 運動会 (具同 体育センター)	20	21	22
23	24	25 お楽しみ遠足 (ぽっぽ)	26 ウキちゃんのお悩み聞きます (午後)	27 親子ヨガ ◆妊婦教室	28	29
30	31 ◆ママタッチ 育児相談 (午後)	11/1	2	3 文化の日	4	5

※◆印は健康推進課の催しです。

妊婦教室(16、27日)参加希望者は、子育て世代包括支援センター「ベビはぐ」にご連絡下さい。
ママタッチ・育児相談(31日)には、保健師・栄養士・歯科衛生士・助産師がいます。(受付 13:15~14:30)
母子手帳を持って来所して下さい。
※10/16(日)午前中は、妊婦教室がありますがフリーデーとしても利用できます。

乳がんに関する講話

10:00~11:00

保健師 OB が、乳がんに関する知識や自己検診の方法についてお話ししてくれます。
誘い合って来てね!

みんなで運動会

9:30~11:30

広い体育館で、みんなと一緒に走ったり
踊ったり… 運動会ごっこを楽しもうね♪
詳しい内容は、運動会のお便りを見てね!
※登録されている人のみの活動です。

親子ヨガ

10:00~11:30

子育てに疲れた身体を、ヨガでほぐして
リフレッシュ♪
親子で楽しみましょう

産後ママサポーター ウキちゃんのお悩み聞きます!

14:00~16:00

理学療法士で産後指導士の先輩ママ
「ウキちゃん」がおしゃべりしながら身体
や心の悩みなどなんでも聞きますよ♪

お楽しみ遠足

9:30~11:30

ぽっぽさんみんなで、安並公園に出かけよう!
いっぱい遊んだ後は、おいしいお弁当とおやつを
食べようね!
現地集合、現地解散です。(雨の場合は支援セン
ターです。飲食はしません。)



《園庭開放》 ※雨天の場合は中止します。

時間(共通)9:30~10:30

保育所名	月 日	保育所名	月 日
★ 下田 保育所	10/11、10/18	利 岡 保 育 所	10/12
★ 大用 保育所	10/17、10/24	蕨 岡 保 育 所	10/19
★ 東中筋 保育所	10/17、10/24	具 同 保 育 所	10/19、★11/2
★ 竹島 保育所	10/17、10/24	あ お ぎ 保 育 所	10/25
★ 中筋 保育所	10/18、10/25	※具同保育所は、トンボ公園に駐車して下さい。	

※★印のついている保育所や日程は、天候に関係なく見学可。
(詳しくは各保育所にお問い合わせ下さい。)