



6月

季節は春から新緑をかけ抜けて、もうすぐ「梅雨」
雨の日が多くなるこの時期、気温の変化に気を付け、
体調を崩さない様に過ごしましょう。



赤ちゃんひろば

毎月第2・4
水曜日開催

おしゃべり、ふれあい
遊びなど行ないます。

④ くるくるリサイクル

5(木)~7(土) 開催

秋にも開催予定

おひさまひろばでは
おでかけセミナー、お役立ちセミ
ナーなど開催しています。
ぜひ参加ください。

あるアンケート調査で家族にしてみたい事という
記事を読み最も多くあがったのは、

一人の時間の確保、次に感謝の言葉がほしい。
食事の準備をしてほしい、子どもの世話をしてほしいなど
日々の負担を軽く具体的な事を望んでいる回答でした。
一人の時間でやりたいことは、マッサージ、整体、美容院
睡眠と自分へのケアのようです。

特別なことは望まず、今の自分へのケア

なかなか難しいとは思いますが

自分へのごほうびとして

「自分の時間」休める日をつくるように

していけるといいですね。その時は、

ひろばも一時預かり、子育て相談窓口を

ぜひ活用してみてください。



お知らせ

七夕会 7/4

◎白河市図書館

ひろば

臨時休業に

なります。

7/2(水) ひろば

OPEN

しています。

ひろばのInstagram
フォローお願いします。



@OHISAMA_SHIRAKAWA

OPEN 10:00~16:00 * 予定は変更になる場合があります。事前にご確認ください。

6月のプログラム	月	火	水	木	金	土
赤ちゃんひろば(予約制) 第2、第4水曜日 10:00~ねんね 13:00~はいはい	2	3	4 おひさま定休日	5 くるくるリサイクル	6	7
おひさまセミナー 13(金)「どうぶつ王国」 19(木)「スキンケア」	9	10	11 赤ちゃんひろば ぽかぽかの日	12 セミナー どうぶつ王国	13	14
ぽかぽかの日 11日(水) 10:30~12:00 (助産師さんとお話タイム)	16	17	18	19 セミナー 薬剤師	20	21 双子ちゃん 14:00~
双子ちゃんデー 21日(土) 14:00~15:30 どなたでも参加できます	23	24	25 赤ちゃんひろば	26	27	28 お誕生会 11:00~
お誕生会 28日(土) 11:00~ (5,6,7月生まれのお友達を お祝いします)	30	1 七夕会 臨時休業	2	○印は『おひさま相談窓口』 毎週(火),(木),(土) 10:00~16:00 お気軽にご活用ください		

おひさまカレンダー

6月の予定