

10

おでかけひろば ぶれす



月

2024

就学前までのお子さんとその保護者さんや
プレママ・プレパパのための居場所です

ぶれすのテーマは「祝福と呼吸」

お子さんを見合いながら、地域の方たちと
一緒につくっていく場を目指しています。

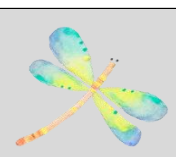
利用時間：月～土曜日（日・祝休み）
9時～16時

利用料：無料

その他：ランチタイム

おおむね 11:30～13:00

（お湯・電子レンジあります）

月	火	水	木	金	土	日
	1 いーよの呼吸 14:00～14:30	2	3	4	5	6
	7	8 いーよの呼吸 14:00～14:30	9 ミーティングのため 終日お休み	10 予約 親子の心地よい 距離って？ 10:00～11:30	11	12 予約 沐浴体験会 10:00～11:30 
14  スポーツの日	15 いーよの呼吸 14:00～14:30	16 大ちゃんのおはなし会 10:30～11:00	17 予約 親子の心地よい 距離って？ 10:00～11:30	18 予約 ママたちの おしゃべりタイム 10:00～11:30	19	20 秋分の日
21 お外であそぼ！ 10:30～11:30 @やまにし公園	22 いーよの呼吸 14:00～14:30	23	24 予約 赤ちゃんたちの 「あそび」のヒミツ 10:30～11:30 13:00～14:00	25 選挙準備のため 14時で閉室	26 選挙準備のため 終日お休み 	27
28 選挙片付けのため 11時からオープン	29 いーよの呼吸 14:00～14:30	30	31	☆Instagramもみてね☆ 日々のひろばの様子やスケジュールの 変更などの情報を発信しています 		

ぶれすには『らっこスペース』があります♪

「ちょっと疲れているから横になりたいな…」

そんなときには、ソファでほんと一息つけますよ♪

お子さんはみんなで見守ります。



※感染拡大防止のためのお願い

利用者様またはその同居のご家族様が以下の事項に
当てはまる場合には、来室をお控えください。

- ・新型コロナウイルスまたはインフルエンザなど
感染症を疑う症状がある。
- ・感染症のため、在園・在学先が休園・休校・
学級閉鎖中である。

ぶれすの今月のプログラム

○お外であそぼ！@やまにし公園

10月21日(月) 10:30～11:30

場 所：やまにし公園 ※現地集合・現地解散

持ち物：水分補給のできるもの

必要ならお着替えなど

※雨天等で延期の場合は

9時頃Instagramでお知らせします。

○沐浴体験会 予約

10月12日(土) 10:00～11:30

もうすぐ赤ちゃんを迎える妊婦さんと

そのご家族の皆様♡

ひろばで赤ちゃん人形を使って

沐浴の練習を体験してみませんか？

定員：4組程度

○ママたちのおしゃべりタイム 予約

10月18日(金) 10:00～11:30

子育てのこと、お子さんのこと、女性のからだのこと…助産師・保健師・鍼灸師でもある田中淑恵さんを囲んで、お話ししましょう。

今月は、『ママが"元気になるツボ"』

についてもお話いただきます。

定員：6組程度

○おはなし会

10月16日(水) 10:30～11:00

【大ちゃん】による おはなし会です。

どんなお話を聞かせていただけるかな。

おススメの絵本も聞いてみよう！

赤ちゃんから大人まで、地域の方もどうぞ♪

○いーよの呼吸

毎週火曜日 14:00～14:30

〈京都呼吸サロン〉とオンラインでつながり

呼吸法を学びます。地域の方もどうぞ♪

【持ち物】水分・タオル(なくても大丈夫)

★予約が必要なプログラムがあります★

ご予約は、お電話かひろば内にて受付いたします。お気軽にお問合せ下さい。

○親子の心地よい距離って？ 予約

10月10日(木) 17日(木) どちらも10:00～11:30

子育てで困る場面や、心配なこと、周りの目が

気になる時…。今の私の関わり方で大丈夫？

子どもとどうかかわってあげるのがいいかな？

子どものころと発達の専門家・セラプレイ

(Theraplay®) の国際本部認定セラピスト

高井美和さんとお話して、お子さんとのやりとり

を具体的にどうするとよいのか、子どもの心の声

と一緒に耳を傾けませんか？

定員：どちらの日程も 5組程度

○赤ちゃんたちの「あそび」のヒミツ 予約

10月24日(木) 10:30～11:30 13:00～14:00

理学療法士の得原藍さんに、赤ちゃんの遊びと成長について、お話いただきます。

対象：0～1歳のお子さんと保護者、

プレママ・プレパパ

定員：各回6組程度

ひろばのお庭の手入れや、室内の壁の塗り直しなどに 力を貸していただけるパパさん達大募集中！

○パパぶれす

10月26日(土) 10:30～11:30

黒澤秀樹さんをファシリテーターにお迎えし、パパ同士、いろいろなお話をしたり情報交換をしませんか？お子さんはみんなで見合います。

選挙のため
お休みになります

★ひろばのご利用について★

○ひろばが開室している9:00～16:00の間は、いつでも出入りできます。

プログラムがあっても自由に遊びに来ることができます。

(混雑時は、お互い譲り合ってご利用ください。)

○食事について

おとなも子どもも食事ができます。(おおむね11:30～13:00)

お湯と、電子レンジのご用意があります。

お食事スペースは、みなでお子さんを見合いながら、譲り合ってご利用ください。

食事をせずそのまま過ごすこともできます。

○ゴミのお持ち帰りのお願い

食事の際に出るゴミやおむつなどは、各自お持ち帰りをお願いしております。

※ひろば内の感染対策をしながらお待ちしております！



おでかけひろば ぶれす 世田谷区宮坂3-15-15 子ども・子育て総合支援センター 1階

(小田急線経堂駅から徒歩7分)

☎ 03-5799-4265

✉ bless@setagaya-kosodate.net