

親と子どものあんしんスペース

ぱれっとひろば大池

2026年 10月 No.136

乳幼児（0～3才）をお持ちの保護者とその子どもが気軽に
安心して集えるひろばです。いつきても帰ってもOKです！
絵本やおもちゃで自由に遊んだり、交流したりできます。

ネット予約は
こちらから♪

Instagram



10月のよてい

月	火	水	木	金	土	日
			1 ハーフ バースデーの日 10:30～11:30 ※予約制 定員6組	2	3 みんなの日 11:00～11:50 地域の方と一緒に製作したり 絵本を読んでもくれるよ♪	4 お休み
5	6 ベビーマッサージ 10:30～11:45 ※予約制 定員6組	7 お休み	8 赤ちゃんの日	9 ひめトレ エクササイズ 14:45～15:15 ※予約制 定員4組	10 つくってみよう 10:30～11:30 地域の方との交流の日 ※予約制 定員10組	11 お休み
12 お休み	13	14 お休み	15	16 プレママ& 赤ちゃんの日	17 そらまめの日 10:00～12:00	18 まっちゃんといっしょに うんどうかいごっこ 10:00～12:15 ※一部予約制
19 保健師相談 10:10～11:10 ※予約不要・先着順	20	21 お休み	22 赤ちゃんの日	23	24 プレパパ体験講座 13:00～15:00 ※予約制 定員4組	25 お休み
26 おはなし会 11:15～11:40 絵本を読んでもくれるよ♪ 地域の方と一緒に遊ぼう！	27	28 お休み	29 お誕生日会 10:00～11:00撮影会 11:00～11:30誕生会 ※予約制 定員10組	30	31 ハロウィン セルフ撮影会 ※予約不要	スタッフ手作りの ハロウィン限定 撮影背景が登場！ 自由に撮影してね★

わらべうたベビーマッサージ
10/6(火)10:30～11:45
〈対象〉生後2ヵ月～2才頃（親子）
〈持ち物〉授乳ケープ、飲み物、
バスタオル、防水シートかポリ袋
材料費300円

まっちゃんといっしょに
うんどうかいごっこ
10/18(日)10:00～12:15
@大池コミュニティセンター（多目的室1）
まっちゃんこと町田浩志さんと一緒に
うんどうかいごっこを楽しみましょう♪
競技に参加する場合は一部予約が必要です。
別途案内をご確認ください。

ひめトレエクササイズ
10/9(金)14:45～15:15
産後の骨盤のゆるみ、ぽっこりお腹、尿もれなど
気になることはありませんか？
改善、予防のため骨盤底筋を鍛えましょう。
※産後3ヵ月以降 参加可能
やわらかい素材のズボンで参加ください。
その他詳細はスタッフまで♪

ハーフバースデーの日
10/1(木)10:30～11:30
今月ハーフバースデーを迎える
4月生まれのお子さん限定です。
手形or足形を取って成長記録の
記念カードを作しましょう☆

プレパパ体験講座
10/24(土)13:00～15:00
パパの妊婦体験や赤ちゃんとの暮らし
について新生児人形を使ってお世話の
方法を学び、助産師さんと一緒に赤
ちゃんを迎える準備をしましょう！
講師 大島知子

お誕生日会
10/29(木)10:00～11:00撮影会
11:00～11:30誕生会
その月のお誕生児さん限定の撮影会。先着6組。
1組10分の中で撮影できたデータをその場で
プレゼントします。※データのお渡しはエアドロップ
またはインスタDMどちらかに限ります。
※誕生会にも参加される場合は別途予約必須